Наталья Цымбаленко

БУЛЛИНГ

КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ РЕБЕНКА

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

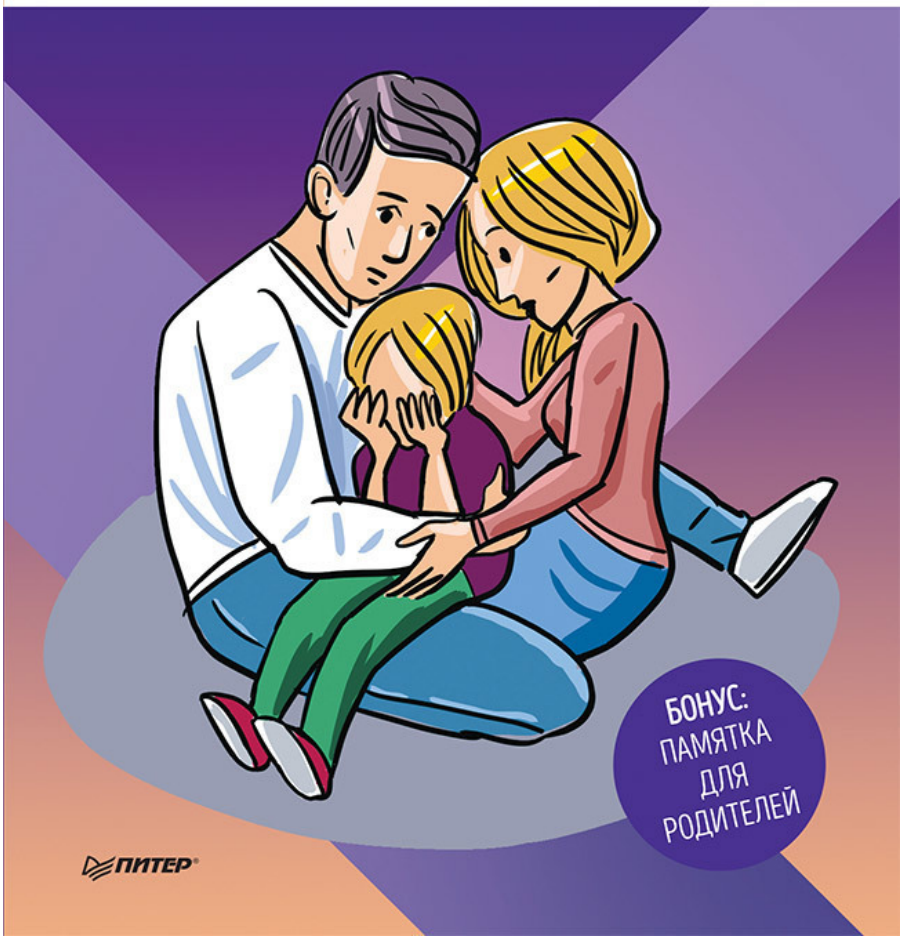
«Буллинг» совсем не страшное слово – до того момента, пока ваша семья не столкнется с травлей напрямую. Шок, гнев, обида и другие эмоции часто мешают родителям адекватно оценить ситуацию и понять, какие шаги следует предпринять, куда обращаться, что говорить ребенку и как вести себя с обидчиками. Журналист и мама троих детей Наталья Цымбаленко, чья история о пресечении травли сына громко прозвучала в СМИ и была прочитана сотнями тысяч человек, систематизировала свой опыт для книги. Как отличить буллинг от рядового конфликта, кто и почему становится жертвой травли, что зависит от школы, а что – от семьи, когда стоит вмешиваться и есть ли юридическая ответственность за травлю – теперь вы сможете защитить своего ребенка без необдуманных поступков и лишних эмоций.

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Наталья Цымбаленко

БУЛЛИНГ

КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ РЕБЕНКА



Наталья Цымбаленко

Буллинг. Как остановить травлю ребенка

Предисловие

«Ни один буллинг, ни одна травля не закончится, пока в нее не вмешаются взрослые, третьи силы…»

Я всегда была уверена, что в одиночку человек может многое, но не всё. Эту книгу я тоже писала при огромной поддержке моих друзей и коллег.

Спасибо Наталии Араповой – за ее анализ и экспертизу. Кате Мельниковой – за помощь в переводе из иностранных источников. Кажется, нет языка, с которого ты не могла бы перевести и на котором не могла бы написать.

Ольге Коваленко – за то, что внимательно вычитывала тексты.

Алексею Иоршу – за самые эмоциональные иллюстрации. Никто не может передать чувства так точно, как ты!

Алексею Чмелю – за готовность поддержать и подхватить в самый трудный момент.

Спасибо всем друзьям, которые помогали своими советами в нашей сложной ситуации, всегда поддерживали и спрашивали, как дела.

Моей семье, где каждый горой стоит друг за друга.

И спасибо всем неравнодушным, кто читал и комментировал мои посты в соцсетях. Которые делились своими историями и ради которых я сначала написала памятку (вы найдете ее в конце книги), а потом и саму книгу.

Отдельное спасибо Джуду Лоу, Джулии Робертс, Виктории Бэкхем и другим знаменитостям, которых травили в детстве. Вы помогли мне понять, что для травли не нужны причины, повод может быть любым, и только тот, кто борется, обязательно станет личностью!

18 декабря 2017

#буллинг в школе. *Кто сталкивался? Как решали? Решили? Увы, у моего сына в классе. Вот такая тема для понедельника.*

22 декабря 2017

#буллинг в школе. *Познакомилась с инспектором по делам несовершеннолетних: красивая, строгая и в форме. «Ух ты, а я раньше инспекторов только в кино видела!» – почему-то сказала я вместо приветствия))*

31 января 2018

#буллинг в школе. *Продолжение истории про #буллинг в классе моего сына.*

Самое важное, что я поняла в этой ситуации, – во многом это моя вина: я долго не вмешивалась, слушала классную руководительницу и родителей (мол, дети сами должны разобраться). Забегая вперед – на конец января у нас в классе нет проблем с буллитом. Нет потому, что в ситуацию вмешались родители. Ну, то есть я. Это анонс финалочки, а сейчас сам рассказ и своеобразная памятка для тех, чьи дети попали в аналогичные ситуации.

Когда я разбирала записи для этой книги, то оказалось, что вот так неожиданно буднично выглядит хронология тех событий в социальных сетях. Узнали о буллинге, познакомились с инспектором по делам несовершеннолетних и спустя месяц, за вычетом новогодних праздников, проблемы как не бывало. К сожалению, все было далеко не так легко и просто. За кадром остались и эмоции, и панические мысли – «что мы сделали не так?», и перелопачивание интернета в поисках юридических оснований для пресечения агрессии со стороны несовершеннолетних (да, да, такие основания есть), и консультации с юристом, и общение со школой, инспектором по делам несовершеннолетних, родителями одноклассников, и еще раз эмоции, эмоции, эмоции.

Буллинг – совсем не страшное слово ровно до того момента, пока ваша семья не столкнется с этим явлением напрямую. То есть вы, конечно, читали про случаи травли и насилия в школах, видели ролики в соцсетях, возможно, даже в вашей школе

проводили какие-нибудь профилактические мероприятия. Но все это не имеет никакого значения до того момента, пока ваш ребенок не оказывается вовлеченным в этот процесс. И вот тогда приходят шок, гнев, обида, которые очень мешают адекватно оценить ситуацию и понять, какие меры следует предпринять, куда обращаться, что говорить ребенку и как удержаться от применения к обидчикам физических форм воздействия. Для тех, кому все же придется оказаться в такой ситуации, я и постаралась систематизировать свой опыт в книге, которую вы держите в руках.**Часть 1**

Как наша семья столкнулась с буллингом

«Я знаю, повод может быть абсолютно любой»

Мой сын после младшей школы поступил в гимназию. Дети разные: кто-то активный, кто-то стеснительный – обычное дело. Быстро сформировался костяк класса, так называемые «крутые», которые стали цепляться к «некрутым». Ну, например, мой сын-пятиклассник приносил в школу лего и пластилин – «фу,

некрутой». Это стало поводом для насмешек, обзывательств. Имя сына – Петя, его начали обзывать «Педя», сын тушевался и не знал, что сказать в ответ. Он уходил от конфликтов, боялся драк и громких разборок – «некрутой». Но, как я теперь (изучив большой объем литературы на тему буллинга) знаю, повод может быть абсолютно любой, и даже если убрать якобы причину травли, буллинг не прекратится.

Какие есть способы решения конфликтных ситуаций в 11–12 лет? Сын и несколько таких же мальчишек стали просить помощи у классного руководителя. Реакция? Классный руководитель в разговорах с родителями рассуждает на тему, что *«дети не любят стукачей», «надо закалять характер», «уметь находить подход к товарищам».* Родители зачинщиков все как один кричат в родительском чате, что их дети *«святые»,* на них наговаривают, а «*ваши сами спровоцировали».*

Я верю педагогу, не вмешиваюсь. НО – нанимаю сыну персонального тренера по фехтованию, мечевому и рукопашному бою. И, знаете ли, сработало, удалось убрать боязнь конфликтов. Драться Петр теперь не боится и может. От него понемногу отстали. А от остальных «некрутых» нет. Мало того, осенью прошлого года лучший друг Пети, с которым он сдружился на теме «некрутости», попал в ситуацию уже денежного развода со стороны «крутых» одноклассников.

До этого в анамнезе класса уже были истории с кражей вещей (учебники, портфели прятали – и вроде как это не разбой, а шутка); их порчей; подкладыванием бутылки с мочой в портфель; стягиванием штанов в раздевалке, фотографированием и выкладыванием в соцсети. Классная руководительница все так же не видела проблемы. Ну, максимум проводила беседы на тему «давайте жить дружно».

И тут нашего лучшего друга Мишу дважды «разводят на деньги» одноклассники, обещая купить тому вейп и не покупая его. Ведь если хочешь быть крутым – ты должен курить вейп! Маме Миши «святые дети» просто хамят и рассказывают, что ее сын «гидроцефал». Реакция мамы ученика, взявшего деньги, еще прекраснее: *«Объясните мне, как вы позволили своему сыну подбить моего покупать вейп».* В общем, ситуация великолепна. А тут еще один из одноклассников сына на своей странице вешает фотожабы на Петра, веселясь на тему того, что сын стал «качаться». И Остапа понесло.

Шаг первый: Я списалась и встретилась с родителями

учеников, которых травили в классе. Кто-то боялся вмешиваться в ситуацию, кто-то хотел просто перевести ребенка из школы. В итоге нас стало трое – три мамы, которые были готовы писать заявления и разбираться в ситуации с классом. Я собрала все факты, убрала эмоции, вспомнила старый добрый канцелярит и села писать заявление. Фактов, к которым я могла предъявить конкретные доказательства, осталось два. Во-первых, переписка участников истории с вейпом и аккаунт одноклассника, где было видно, что он состоит в группах, торгующих вейпами, и мало того – сам их продает. Во-вторых, фотожабы на Петю и скриншоты с аккаунта, где эти фотографии были размещены.

Шаг второй: Попросила классную о встрече с директором школы и родителями учеников, травящих других детей. Классная впала в истерику, стала писать в родительском чате, что не справляется с руководством, отказывается от класса и т. д. Родители «святых детей» стали там же возмущаться уже в мой адрес и требовать линчевать за то, что довела классную. Встречу с директором не назначили. Классная утверждала, что та очень занята. Но обещала позвать психолога и соцработника. Ок.

Шаг третий: Мы (три мамы и мой муж) пришли на встречу. Без директора школы. С настроем, что это для проформы. Был отдельный треш. Родители кричали уже на меня, хватали мои вещи со стола, переходили на личности. Лейтмотивом звучала миллион раз повторяющаяся фраза «Вы не докажете!». Я отдала заявление соцработнику и сказала, что буду подавать его официально. Представители школы делали круглые глаза и говорили: какой кошмар, что же вы раньше не сказали, что в классе такое творится. А потом произнесли сакраментальное «Вы не докажете!». Я честно посоветовала им приберечь эту фразу для прокуратуры, которая придет по моему заявлению проверить, почему школа бездействует, когда в ее стенах торгуют курительными веществами. Представители школы сказали, что доложат директору о ситуации.

Шаг четвертый: Утром я позвонила на телефон директора школы, указанный на сайте. И тут оказалось самое интересное – она была не в курсе. Ни о собрании с родителями, ни о ситуации в классе. Ок, я это предвидела. Поэтому и позвонила. Сказала, что принесу заявление. Назначили время встречи.

Шаг пятый: Мое прекрасное произведение – заявление на двадцати с лишним страницах – я отправила по электронной почте на адрес школы, на адрес председателя Управляющего совета школы и отнесла в управу своего района в Комиссию по делам несовершеннолетних, которой глава управы же и заведует. Записала номера входящих (это важно!).

Шаг шестой: Написала пост в соцсетях. Получила много дельных советов. Но и безнадежных историй было не меньше. Решила, что надо-таки идти до конца. Даже если потом мы решим сменить школу, мы уйдем, предварительно раздав всем сестрам по серьгам, а не с культивированным чувством виктимного отношения к жизни. Еще раз напишу, что это все мы проговорили с сыном. Он не хотел уходить из школы из-за Миши.

Шаг седьмой: Написала маме ученика, рисующего фотожабы, что хочу встретиться до того, как подам на них в суд. Была послана со словами «Встретимся в суде!».

Шаг восьмой: Восемь – восемь (!) человек встречалось со мной, мужем и мамой Миши в кабинете директора. Помимо представителей школы, были еще председатель управляющего совета и представитель Департамента образования. На этом этапе школа наконец включилась. Ну, сперва председатель управляющего совета задал мне очевидный вопрос: *«А вы не хотите забрать своего сына?!»* Я запретила даже предлагать мне такие советы – этот кейс мы разберем с сыном до конца, а со школой еще и памятку напишем на тему буллинга. «Не надо памятку!» – взмолилась школа. Так, кстати, и не поняла, почему не надо.

Шаг девятый: Здесь отдаю должное школе, процесс пошел. В классе провели встречу с инспектором по делам несовершеннолетних. Отдельно переговорили с родителями учеников, которых я указала в коллективном (это важно!) заявлении. Отдельно по двум фактам встречались с родителями, инспектором по делам несовершеннолетних (прекрасная девушка!!) и нами. Деньги в итоге вернули, извинения принесли. Ученика, торгующего вейпами, поставили на учет. Бормотали «мы не знали, что вы обидитесь, мы не знали, что из-за это идут в суд» – это про фотожабы. На мой вопрос маме – понимает ли она, что если я говорю, что пойду в суд, то это значит, я туда пойду, а не просто сотрясаю воздух, – кивали и угукали. И надо же – никто не хамил. Класс (а я имею в виду и детей, и родителей) замер. В таком, знаете ли, неловком нейтралитете. Никто не ожидал, что я не буду участвовать в «родительских боях» и выяснениях, чей сын должен «лучше помыться и, может, тогда с ним дружить будут». А что мы пойдем прекрасным бюрократическим путем писем и жалоб. Все сразу научились культуре: одергивают желающих рисовать фотожабы и не достают окружающих. Ну не красота ли!

Шаг десятый: Позвонили из управы и сказали, что готовят ответ на мое заявление со списком проведенных мероприятий; звонил представитель Департамента образования узнать, довольна ли я ситуацией в классе. Поживем – увидим, что будет

дальше…

И вывод – ни один буллинг, ни одна травля не закончатся, пока не вмешаются взрослые, третьи силы. Пока зачинщики травли в полной мере не осознают свою ответственность. Поэтому – подключайте школу, Департамент образования, полицию, прокуратуру.

Мне нравится нейтралитет. А на сколько его хватит – посмотрим. Главный мой месседж был таков: *«Я не приходила в школу все эти три года – сделайте так, чтобы я и дальше не приходила*!»

Часть 2

Что такое буллинг?

Как понять, где заканчивается конфликт и начинается травля? Когда необходимо вмешиваться взрослым?

«Буллинг – это всегда долгосрочный и повторяющийся процесс»

Для моей семьи, для моего ребенка буллинг оказался шокирующим, болезненным, но относительно краткосрочным периодом в жизни. Не факт, что Петя никогда больше не

столкнется с этим явлением, но я искренне надеюсь, что в будущем ему будет легче справиться с булли и тормознуть травлю задолго до того, как в нее придется вмешиваться взрослым. Но когда после размещения в соцсетях наша проблема стала достоянием общественности, меня поразило и отчасти напугало количество историй школьной травли от самых разных людей, которые отвечали мне в комментариях к посту. Большинство историй с каким-то очень безнадежным и несчастливым концом.

«Спасибо, что вы это сделали! В моем далеком 1983 году меня перевели в параллельный класс, но травля не прекратилась, и это навсегда со мной. Два первых класса были просто кошмаром».

«У нас в одной районной школе травили ребенка сДЦП, который так гордился, что может пойти учиться с обычными детьми, а не сидеть дома в четырех стенах. Но у него стали отнимать специальную ортопедическую обувь, и он целыми днями еле-еле ковылял босиком, а учителя делали вид, что не замечают. Когда родители ребенка попросили руководство школы позвать психолога, который рассказал бы детям и их родителям, почему не надо травить детей с инвалидностью, директор ответила: “НАШИ ученики в психологе не нуждаются, а вы можете перейти на домашнее обучение”».

«Меня тоже в школе травили. Была высокая, худая, сутулая и в очках. Я “держала марку”, старалась не обращать внимания. Пообещала себе никогда не допускать, чтобы люди со мной так обращались».

И вот мне стало интересно, откуда растут корни этого явления и что все же можно сделать, чтобы буллинг не становился нормой для школ, а главное, чтобы жертвы не оставались один на один с травлей.

Про само понятие буллинга написано очень много. Только русскоязычный поиск в интернете выдает более полумиллиона

ссылок по ключевым словам, а в англоязычном сегменте ссылок только по слову «буллинг» свыше двухсот миллионов.

«Английское слово “буллинг” (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе»[1]**.** Применяются и другие термины, например притеснение, дискриминация, моббинг (что предполагает групповые формы преследования человека), а также травля. Но как распознать ситуации, когда границы уже давно пройдены и требуется немедленное вмешательство родителей, школы, психологов? Чем отличается конфликт от травли?

Насколько мне удалось разобраться, под буллингом понимают сознательное физическое или психологическое насилие, направленное на одного и того же ребенка (или группу детей) и повторяющееся систематически на протяжении длительного времени. Это определение содержит четыре важных элемента, на которые следует обратить внимание родителям и учителям. Собственно, эти элементы и отличают буллинг от обычных конфликтов, которые неизбежны в любом, даже самом дружелюбном и благополучном детском коллективе.

Во-первых, буллинг – это агрессивное по отношению к другим поведение, которое влечет за собой умышленные насильственные действия. Иными словами, не просто сказал: «Вася, ты дурак», но нарисовал фотожабу, компрометирующую умственные способности жертвы, и расклеил по всей школе. **То есть в отличие от конфликта, который тоже может закончиться дракой или оскорблениями, буллинг – это намеренное и продуманное причинение страдания и вреда.**

«Это был кошмарный год. Мне стоило понять все еще тогда, когда мне сказали, что до меня они выжили еще двоих новичков, и не потерпят новеньких в своем классе. Я не поняла и поплатилась. Мне вкатывали жвачки в пенал, пинали портфель, размазывали пасту по тетрадям, были драки, у меня было много синяков, выталкивали голой из женской раздевалки. Под конец года мне нравился один мальчик. Как и все девочки в этом возрасте, я вела личный дневник. В один из дней одноклассницы выкрали его из моего дома из ящика. На следующий день его зачитали перед всем классом на перемене»[2].

Как видно из приведенной истории, агрессия по отношению к девочке проявлялась не под влиянием эмоций, это были

совершенно осознанные, спланированные действия. Поводом стал заурядный факт: девочка была новенькой, а в классе уже сложилась традиция травить новичков. Более того, дети уже добились успеха, выжили двух других одноклассников, почувствовали свою силу и убедились, что взрослые в эти отношения не лезут, а значит, можно и нужно продолжать. В случае буллинга агрессоры совсем не заинтересованы в прекращении своих действий. Булли всегда хочет продолжения. Отсюда вытекает вторая отличительная особенность буллинга.

Буллинг – это долгосрочный процесс постоянно повторяющегося насилия. Конфликт, каким бы острым и жестким он ни казался окружающим, – это одномоментное событие. У него есть четкий алгоритм развития – есть противоборствующие стороны, есть предмет конфликта (то, что стало яблоком раздора), есть период конфликтного взаимодействия (в процессе которого решается, кто прав, а кто не очень), и, наконец, есть однозначный итог, который так или иначе разрешает конфликтную ситуацию. Буллинг может продолжаться очень и очень долго, пока жертва и агрессор находятся в хоть каком-то личностном взаимодействии. Как видно из приведенной истории, травля продолжалась ровно год, пока за девочку не вступились ее бывшие одноклассники.

«Всю ситуацию решил мой бывший класс, они заступились и настаивали, чтобы я перевелась обратно. Тогда в моей жизни началась новая эпоха. Я была нужна – сверстникам, одноклассникам»[3].

Почему на ситуацию не обращали внимания взрослые, неясно. Но для родителей, для учителей повторяющиеся акты агрессии по отношению к конкретному ребенку – повод бить тревогу. Если сегодня ваш сын рассказал, что дернул за косичку новенькую девочку и спрятал ее портфель, а она плакала и говорила, что он дурак, возможно, стоит просто намекнуть ему, что есть другие способы общения с противоположным полом. Но если вы слышите такие рассказы постоянно или, наоборот, ваш ребенок начал избегать рассказов об одном из одноклассников – это повод сходить в школу и составить личное мнение о ситуации.

При буллинге такая бесконечная петля насилия

возникает потому, что жертва самостоятельно не может остановить травлю. В конфликте, в отличие от буллинга, обе стороны несут ответственность за происходящее. Один оскорбил, другой ответил, первый пнул портфель, второй стукнул учебником по голове, это всегда обоюдный процесс. И вот здесь уместны рассуждения родителей и педагогов о том, кто прав, а кто виноват, как надо изменить свое поведение, чтобы не получать от одноклассников по голове регулярно, и почему вот та девочка не хочет с тобой сидеть за одной партой и называет тебя нехорошими словами. Причина же травли никогда не связана с поведением жертвы. Ребенок может пытаться игнорировать обидчиков, лезть драться, устраивать ответные пакости, делать фотожабы, пытаться подружиться с агрессорами и многое другое. Это никак не повлияет на агрессоров. **Буллинг начинается только в том случае, если в коллективе есть ребенок или группа детей, которых назначили на роль жертвы.** И это третье и очень важное отличие от конфликта.

Жертвой буллинга может оказаться кто угодно. Это не зависит от социального статуса семьи, национальности, религиозных предпочтений, внешности или наличия проблем со здоровьем. В случае Пети оказалось достаточно слишком «детских» (лего, пластилин), на взгляд одноклассников, интересов. В случае девочки из истории с сайта «Пика-бу» – того, что она оказалась новенькой. Именно поэтому качественно неправильным действием со стороны школы или семьи является перекладывание ответственности за действия булли на жертву. *«Это происходит с тобой, потому что ты сам виноват»; «Тебе надо измениться»; «Тебе надо работать над собой», «Ты недостаточно или слишком умный, сильный, ловкий, классный, крутой…»* Эти советы только убеждают жертву, что с ней что-то не так, а значит, все происходящее в общем и целом закономерно.

«У нас в классе был мальчик, которого все дразнили. Не знаю даже, как все это началось. Он каждый раз начинал плакать, убегал из класса, прятался в туалете. А потом его возвращали в класс, и учительница при всех устраивала ему головомойку за это. Нас это страшно веселило. Ну и половина урока проходила, пока длилось это веселье. В конце года его перевели в другую школу, и все закончилось».

Дети жестоки и изобретательны в своем стремлении к самоутверждению, но прирожденные социопаты и садисты в школьном возрасте все же очень больше исключение, нежели правило. Поэтому, утратив возможность безнаказанно травить жертву, они теряют интерес и к самому процессу буллинга. И здесь мы видим четвертый и, пожалуй, главный признак, который отличает конфликт от травли, – дисбаланс власти и силы.

В случае конфликта обе стороны обладают одинаковой властью и способны влиять на ситуацию. Если ребенок утратил интерес к предмету конфликта, то ситуация разрешится сама собой. Если одна сторона получила желаемое, другая потеряла интерес, либо обе стороны нашли приемлемый компромисс, то конфликт исчерпает себя. **В случае же травли агрессор обладает определенными качествами или статусом, что дает ему ощущение власти над другим.** А пассивное поведение взрослых равноценно одобрению для агрессора и отказу в помощи для жертвы. Раз мне никто не говорит, что я неправильно себя веду, значит, все хорошо и можно продолжать. Раз никто ничего не делает, чтобы прекратить издевательства, значит, я это заслужил, я сам виноват, мне надо потерпеть и т. д.

Вот очень показательная история, которую разместил на «Пикабу» пользователь с ником Vekvek:

«История была году в 95-97-м примерно. Учился паренек в 5-м Б. Ну обычный такой, не из трудной семьи, но и не мажор. С ним, в том же 5-м Б учился второй мальчишка, тоже вполне обычный, только чуть поробчее вел себя. Короче: один мальчишка невзлюбил другого и постоянно докапывался, ну знаете, как к аутсайдерам относятся? Постоянно бесят, хочется их подколоть, подшутить и т. д. Далее все постепенно накалялось – подшучивания становились все менее безобидными, толкания и тычки все более ощутимыми. Т. к. задира отпора не получал, а угнетаемый даже родителям не мог пожаловаться. В итоге задира чувствовал себя все круче и круче и в закономерном итоге прям Чаком Норрисом себя возомнил. Избил он за какой-то “косяк” тихоню. Ну не то что бы сердце вырезал или позвоночник переломал, просто оставил на лице потерпевшего явные побои. Боже, как он был крут в тот момент – пацаны его зауважали, девочки в него влюбились. Он был просто король класса. Далее была рутина: кровавая административная

машина в лице директора, завуча, мамы потерпевшего, старост старших классов и гардеробщицы тети Нины провели в тот же день быстрое расследование и задержание. Обвиняемый был задержан на территории школы. На педсовете нашему юному крестному отцу задали несколько вопросов, на которые он, естественно, не сумел дать правильных ответов. В результате такого психологического воздействия все превратилось в фарс – юный алькапоне приводил в качестве доводов свои слезы, наматывал сопли на кулак, хныкал и говорил, что "больше так не будет", кроме того, он попытался пойти на сделку со следствием с условием – "не надо сообщать родителям". Следствие на сделку не пошло… Уже дома нашего блатного немного успокоила мать – ласково пошлепав солдатским ремнем – и отец – дружелюбно отхлыстав шлангом от стиральной машинки… А я? А я чо? Я до сих пор помню, очень ярко помню, как на том педсовете лил свои слезы и сопли»[4].

Взрослый мужчина отлично помнит, в какой восторг его привела возможность безнаказанного избиения одноклассника и как одобрительно отреагировали на его действия одноклассники. Если бы не вмешательство взрослых, реакция которых четко дала понять подростку, что подобное поведение неприемлемо и грозит множеством самых разнообразных неприятностей для агрессора, будущее этих ребят, возможно, сложилось бы не так радужно.

«…Позже ребята пятиклашки сдружились и превратились в одиннадцатиклашек, потом в юношей, сейчас это взрослые мужики. Тот "тихоня", пострадавший в 5-м классе, по жизни несколько раз серьезно выручал нашего "юного блатного", тот в ответ тоже выручал не менее серьезно. В общем, нормальные мужики».

Если вы все же продолжаете сомневаться, боитесь, что из-за вмешательства взрослых вашего ребенка сочтут ябедой, стукачом или маменькиным сыночком, вспомните результаты Стэнфордского тюремного эксперимента. Это самый известный и знаменитый пример из целого ряда подобных социальных экспериментов, на основе которого клинические психологи

изучали природу человеческой жестокости и механизм появления агрессии у сильного и властного по отношению к слабому и подчиненному.

В этом эксперименте участвовали 24 студента, все они были из благополучных семей, обладали эмоциональной устойчивостью и ранее не проявляли склонности к насилию. Испытуемых разделили на две группы, одна из которых назначалась на роль охранников и наделялась определенной властью, другая – на роль заключенных. Хотя участники понимали, что ситуация создана искусственно, «надзиратели» настолько вжились в свои роли, что через 6 дней они превратились в настоящих садистов, и эксперимент пришлось прервать. Очень характерным штрихом в описании результатов этого эксперимента явились данные опроса тех студентов, которые играли роль заключенных. Практически сразу «преступники» выбрали в основном пассивную манеру поведения. И хотя все они понимали, что находятся под наблюдением и никакого реального физического насилия к ним применяться не будет, ни один из них не смог противостоять издевательствам со стороны «охранников». Ситуация буллинга – это по своей сути повторение тюремного эксперимента. Ребенок внезапно оказывается в состоянии жертвы и не понимает, как этому противостоять. Причем уверенности в том, что ситуация под контролем, у него нет. В ряде случаев он даже не понимает, что это неправильно и что ему нужна помощь.

У жертвы травли нет возможности самостоятельно повлиять на ситуацию. Поэтому необходимо помогать, нельзя оставлять ребенка один на один с травлей, советовать не обращать внимания или попытаться понравиться обидчикам, требовать искать причину в себе или учиться давать физический отпор. Конфликт – важная часть взросления. Издевательства – нет. Издевательства ожесточают, травмируют, и это не имеет никакого отношения к взрослению. Конфликт может быть разрешен детьми самостоятельно. **Буллинг – это уже патология, это сигнал, что дети не смогли справиться с вызовами взросления. При буллинге единственный верный путь – вмешательство извне взрослых!**

Разновидности травли

В научных исследованиях по теме школьного насилия различают буллинг двух видов – прямой или косвенный. В младших классах чаще используются прямые виды травли, что выражается в побоях, порче вещей, отбирании денег, оскорблениях. Родителям в первую очередь надо фиксировать именно прямой буллинг. Его проще доказать. В средней и

старшей школе применяются более сложные методы косвенного воздействия: бойкот, распространение сплетен, манипуляция дружбой, клевета, перекладывание вины за общие проступки, уничижительные прозвища и др. Косвенную травлю очень сложно вовремя выявить и еще сложнее собрать доказательства. Однако в чистом виде прямой или косвенный буллинг встречается редко. Безнаказанность побуждает булл и переходить к более изощренным видам издевательств и рано или поздно приводит к физической агрессии.

Статистика говорит, что подавляющее большинство агрессоров – мальчики, они же в большинстве случаев становятся и жертвами. Но здесь как раз проблема заключается в том, что мальчики активнее применяют физическое насилие. А вот среди девочек чаще используются другие, менее заметные формы травли. На фингал под глазом родители и педагоги реагируют намного оперативнее, чем на заплаканные глаза и общую подавленность. Да и ролики из соцсетей доказывают, что девочки легко превращаются в агрессоров и могут действовать не менее жестоко, чем мальчики.

На что следует обратить внимание взрослым при обсуждении буллинга в детском коллективе?

Прежде всего, конечно, на физическую агрессию. Как бы активно ни продвигалась идея того, что драки, особенно между мальчиками, – это естественная часть взросления, это не так. **Драка в детском коллективе – это в любом случае повод для вмешательства взрослых. Но это еще и наиболее частый симптом того, что в коллективе проморгали травлю**. В комментариях к моему посту о буллинге были мнения, что Пете надо было не дрейфить и набить морду обидчикам. Да и истории из соцсетей часто подталкивают к мысли о таком решении проблемы. «Отдайте мальчика на бокс – и травля прекратится». Вот только это не выход.

Если ребенок решится применить силу, это может обернуться против него самого, так как в глазах взрослых именно он будет агрессором.

Мария Баркар: *«Наташа, ты знаешь моего сына. Как такового буллинга со стороны одноклассников не было, но учителя всегда в драках считали виноватым именно его. А это потому, что когда бьют его – никто не видит, а когда он дает сдачи, защищая себя, видят все и все считают, что он хулиган и драчун. И так много лет. Одна учительница всю пасту в ручке извела, калякая мне приглашения в школу. А я верила сыну, что он защищался. И*

все это закончилось однажды так: очередное «Ваш сын избил мальчика». Я приезжаю вечером с работы, а у сына на полруки сплошной синяк, на предплечье след от зубов, почти кожу кто-то ему прокусил. Он молчал, я увидела, когда мыться пошел. Гематома жуткая. Я стала его спрашивать. Оказалось, что его одноклассник, сидящий сзади, на перемене схватил его за руку и укусил со всей силы. Сын дал тому в нос другой рукой. И это увидел весь класс».

Секции бокса, рукопашного боя или фехтования (любого контактного спорта в принципе) нужны, но в первую очередь для того, чтобы придать вашему ребенку уверенности в себе, в своих силах и способности противостоять агрессии. И да, это здорово помогает избежать статуса жертвы как такового, но отнюдь не является панацеей. Во-первых, даже не всякий спортсмен мирового уровня сможет отбиться от агрессивной толпы. Во-вторых, существуют и другие, более изощренные виды издевательств. Например, словесный буллинг, выражающийся в использовании обидных прозвищ. В нашем случае это было искаженное имя Пети. Если ребенок будет отвечать ударом на каждое оскорбление, то именно его будут считать агрессором, а к детской травле добавится еще и давление со стороны педагогов школы.

Такая же проблема появляется, если со стороны булли используется в основном запугивание. К угрозам часто прибегают для того, чтобы подорвать уверенность жертвы. Противостоять подобному психологическому давлению может не каждый взрослый (если сомневаетесь в этом, то почитайте о методиках ведения полицейских допросов или про действия коллекторов). Драться в ответ на угрозы тоже непродуктивно. Более того – это может превратиться в еще один вариант издевательства, когда с помощью угроз или насмешек ребенка провоцируют на драку, а затем выставляют зачинщиком перед взрослыми. Напомним, мы говорим не о простом конфликте, в рамках которого драка может завершиться всеобщим братанием и совместный походом за мороженым. Мы говорим о буллинге – намеренном и жестоком, агрессивном отношении к ребенку в коллективе.

Самая сложная для выявления разновидность травли – это бойкот. Жертва намеренно игнорируется частью или всем коллективом. Это может сопровождаться распространением записок, нашептыванием оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, унизительными надписями в общественных местах. При этом напрямую к жертве подчеркнуто никто не

обращается. Драться, что характерно, в таких случаях тоже бессмысленно. Это, напротив, дает булли решающий аргумент – *«мы поэтому и не хотим с ним общаться».* Родителям следует насторожиться, если у ребенка нет друзей в школе, одноклассники не приходят к нему в гости и не приглашают на дни рождения, а сам он не хочет ходить с классом в походы и на экскурсии. Если же параллельно вы замечаете, что у ребенка появились проблемы в учебе, он часто плачет, стал нервным и раздражительным и избегает разговоров о делах в школе, то это как минимум повод наведаться в школу и пообщаться с педагогами. Но в чистом виде бойкот как форма буллинга встречается редко. Если вспомнить великий фильм «Чучело», то там как раз четко показано, как от бойкота дети переходят ко все более страшным способам унижения. Дисбаланс власти, беспомощность жертвы и пассивность взрослых провоцируют на применение все более жестоких форм издевательств, которые тем не менее все же легче отследить и доказать.

Распространенной формой буллинга является вымогательство в сочетании с угрозами физической расправы или распространения какой-то личной информации. От жертвы требуют деньги, принуждают воровать, выполнять школьные обязанности за других и т. д. Есть и более сложные тактики, когда от жертвы требуется выполнить ряд действий, обычно очень унизительного характера, в обмен на дружбу или защиту от других агрессоров. Подобные методы чаще встречаются среди старшеклассников, но с развитием соцсетей такие разновидности травли можно увидеть уже в начальной школе.

Повреждение или кражу одежды, учебников и других личных вещей можно также отнести к разновидностям буллинга, но только при наличии других форм агрессии либо если такое поведение по отношению к конкретному ребенку или группе детей повторяется постоянно. В таком случае необходимо фиксировать все пропажи, по возможности сохранять чеки. Это очень поможет при сборе доказательной базы.

Разумеется, разновидностей и форм буллинга значительно больше. Здесь перечислены самые часто встречающиеся. Описать, перечислить и классифицировать все возможные формы травли невозможно потому, что каждая ситуация по-своему уникальна. Приведенные выше примеры – это подсказки для взрослых, своего рода тревожные лампочки, которые сигналят о проблемах у ребенка в коллективе.

Кибербуллинг, или Виртуальная агрессия

Об этом нельзя не сказать, раз уж речь зашла о разновидностях буллинга. К сожалению, в современном мире

даже перевод ребенка на домашнее обучение и попытки оградить его от общения в коллективе не гарантируют, что он не столкнется с травлей. Повсеместное распространение гаджетов и социальных сетей спровоцировало возникновение такого явления, как подростковый виртуальный террор, или кибербуллинг.

Кибербуллинг включает целый ряд разнообразных явлений, начиная с шуток, которые не воспринимают всерьез, и заканчивая виртуальным террором, который представляет серьезную опасность для жертвы и приводит к суицидам. Появилось даже такое понятие, как буллицид – суицид, совершенный из-за травли в интернете. Кибербуллинг в силу специфики интернет-среды отличается от обычной травли. Анонимность дает агрессору ощущение свободы и безнаказанности, а повсеместное распространение гаджетов и соцсетей – возможность достать жертву везде и всегда. Реальный буллинг имеет свои временные ограничения. Ребенок приходит из школы домой и оказывается в безопасности. Кибербуллинг таких ограничений не знает. Он продолжается все время: гаджеты стали неотъемлемой частью жизни современных подростков, от такой травли невозможно спрятаться.

Травля в интернете может приобретать разные формы: создаются унизительные фотожабы, мемы и видео с изображением жертвы, взламываются аккаунты и публикуются фрагменты личной переписки и фотографии, жертве массово приходят сообщения с угрозами, оскорблениями. По последним данным, около 70 % московских школьников участвовали в травле одноклассников в социальных сетях. Кибер-буллингу подвергались и учителя: например, в Москве 17 % педагогов подтвердили, что сталкивались с травлей в Сети.

Анонимность интернета провоцирует агрессоров на более изощренные издевательства, чем в реальной жизни. Из 70 % московских школьников на буллинг в реальности способна разве что десятая часть. Но интернет развязывает руки и языки. Однако преимущество киберпространства в том, что оно не только предоставляет булли возможность почувствовать свободу благодаря анонимности, но и позволяет максимально подробно зафиксировать все проявления агрессии против вашего ребенка. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого. **Если ваш ребенок стал жертвой кибер-буллинга, необходимо по максимуму сохранить все свидетельства.** Сделать копии полученных сообщений, скриншоты страниц, где размещались фотожабы или другие оскорбительные для ребенка материалы,

зафиксировать взлом аккаунта, если он был. В Face-book есть Центр предотвращения травли[5] куда также можно обратиться по поводу буллинга. Там указаны общие рекомендации, которые помогут справиться с травлей в соцсети.

Если реальный буллинг очень сложно доказать, то в случае кибербуллинга каждое слово фиксируется и может быть использовано против обидчиков в качестве доказательства травли. **Часть 3**

Кто и почему становится жертвой буллинга?

«Буллит может спровоцировать любая мелочь: внешность, одежда, хобби»

«Мы даже не думали, что у такой активной и позитивной семьи, как ваша, могут быть проблемы с буллитом!» «Я учился в хорошей школе, и там травли не было, у вас, наверное, школа не очень». «Ваш сын не похож на ботаника – почему у него появились проблемы с одноклассниками?» – эти и еще миллион подобных фраз я слышала, когда после публикации нашей истории я

встречалась с коллегами, журналистами, представителями властей. Понимаете, в чем сложность? **Согласно стереотипу, травят только «ботаников», «лохов», «деклассированных элементов». На самом деле жертвой может стать кто угодно.**

Петя был слишком скромным и тихим, с «детскими» интересами и увлечениями и этим «спровоцировал» такое отношение, ведь над ним можно издеваться, а он не ответит. А вот его друг Миша, на взгляд одноклассников, наоборот, слишком вызывающе себя вел. Мне придется повторить еще раз – это не конфликт, это травля. Искать причины в поведении жертвы бесполезно и даже вредно. Советовать ребенку, которого уже назначили на роль жертвы, *«подумать над своим поведением»* означает закрепить в нем уверенность, что он это заслужил. Потому что никакое его поведение ситуации уже не изменит. Роли уже раздали и закрепили. И чтобы понять, как с этим бороться, надо понимать, почему в детских коллективах возникает это деление на жертв и агрессоров.

Пик возникновения травли в детских коллективах приходится на подростковый возраст. Это трудный переходный период, когда ребенок попадает в новый, незнакомый мир социальных отношений – в сообщество взрослых. В это время ребенок переживает самый острый кризис идентичности. Он уже отделяет себя от родителей, но еще не нашел четкого и понятного ответа на вопрос – кто я в этом огромном, непонятном и местами пугающем мире? Собственно, самым простым решением в поисках ответа на этот вопрос является самоидентификация по принципу свой чужой. Пока ребенок маленький, круг «своих» для него ограничивается членами семьи. С началом социализации (детский сад, школы раннего развития) первым «своим» взрослым из «чужого» мира становится воспитатель/наставник. В школе это место занимают учителя, роль которых может быть даже более значимой в процессе самоидентификации ребенка, чем роль родителей. Именно учитель формирует у школьников картину «чужого» мира взрослых ценностей, тогда как родители/семья еще остаются образом «своего» взрослого.

Часто инициатором буллинга, особенно в начальной школе, становится сам педагог. Просто какой-то ребенок ему не нравится или чем-то его раздражает. Учитель, иногда совершенно неосознанно, дает остальным детям понять, что этот ребенок у нас «паршивая овца»… и понеслось.

Пассивное либо одобрительное отношение педагогов к ситуациям проявления агрессии позволяет легко зародиться травле. Агрессоры получают своего рода индульгенцию на

свои действия (это нормально, так можно себя вести, мы же только шутим…). Да и для жертвы подобное поведение учителя означает, что что-то не в порядке именно с ней, а не с окружающими сверстниками.

Самые чудесные детки, ангелочки и лапочки переходят из садика в первый класс школы, и вдруг начинается жесточайшая травля. А меняется учительница, и травли как не бывало. Хотя она не проводит никаких специальных мероприятий, даже слова «буллинг» или «травля» могли не упоминать в разговорах с детьми. Как же так? Ведь дети не изменились. Но пришел другой взрослый, на этом этапе взросления автоматически обладающий необходимым авторитетом, и задал другие правила игры.

По мере взросления подростка круг «своих» расширяется, перестает ограничиваться лишь семьей. Теперь ребенок должен создать для себя другую общность «своих», и он начинает поиск на ближайшей понятной ему территории – среди сверстников, в школьном коллективе, где для большинства современных подростков и протекает процесс социализации.

«Молодые люди могут становиться заметно обособленными, приверженными только своему клану, нетерпимыми и жестокими по отношению к тем, кого они отвергают, потому что те, другие, «отличаются от них» по цвету кожи или культурному происхождению, по вкусам или дарованиям, а часто только по мелким деталям одежды и манерам. В принципе важно понять (но не значит оправдать), что такое поведение может быть временно необходимой защитой от потери идентичности»[6].

Иными словами, подростки со свойственным этому возрасту максимализмом начинают делить сверстников на «своих», с которыми себя идентифицируют, и «чужих», которых они безоговорочно отвергают. Согласно исследованиям, такая полная идентификация и полное обособление в подростковом возрасте очень важны как для обретения собственной идентичности, так и для нормальной социализации в будущем. Особенность человека как вида заключается именно в способности объединяться в сообщества и умении действовать согласованно в борьбе за ресурсы. Объединившись, наши предки смогли стать доминирующим биологическим видом на планете.

Если взглянуть на ситуацию шире, то вся система человеческих отношений строится ровно на этой же схеме – так рождаются нации, создаются государства, формируются социумы.

И вот на этой достаточно неустойчивой с психологической точки зрения почве подростковой самоидентификации и возникает буллинг.

У среднестатистического школьного класса по большому

счету нет никакой общей цели: оценки и учеба дело сугубо личное, общих задач или проектов нет, как нет и того, кто принимает на себя обязанности лидера всего коллектива. Если в классе уже сложилась устойчивая группа или несколько групп со своим кодексом поведения, понятиями – что «круто», а что «отстой», со своей внутренней иерархией (лидер и его окружение), то все, кто оказался за пределами этих групп, автоматически оказываются в положении изгоев, «чужих», а значит потенциально в статусе жертвы.

Психологи на основе многочисленных исследований буллинга в школах пытаются найти зависимость между определенными особенностями характера детей и вероятностью того, что они станут объектами травли, формируют так называемые группы риска.

Например, детей со слабым здоровьем преследуют чаще, особенно если хронические болезни повлияли на внешность ребенка (ожирение, диабет, ДЦП, гормональные патологии и пр.). Также проблемы в общении со сверстниками могут возникнуть, если ребенок чересчур замкнут или, напротив, отличается слишком импульсивным поведением. **В действительности, буллинг может спровоцировать любая мелочь: внешность, не соответствующая моде одежда (погуглите такое явление, как *«Поясни за шмот»),* необычный акцент или говор, слишком непривычное хобби.** Об этом же говорят и сами жертвы, когда вспоминают происходящее с ними.

Однако главной причиной практически все жертвы называют тревожность и неуверенность. Буллинг не начнется, если ребенок, не вписывающийся в сложившуюся в коллективе группу «своих», обладает высокой самооценкой, уверенностью в себе или в том, что у него есть защитники, причем такие, которые могут за него постоять именно на территории сверстников. Родителей (какие бы замечательные отношения в семье ни были) в качестве подобных защитников обычно не рассматривают. Именно потому, что для ребенка это разные миры, общество взрослых и окружение сверстников. На этом этапе они не соприкасаются. А вот старшие братья или другие взрослые родственники-мужчины, взрослые друзья, приятели из других коллективов (спортивные секции, творческие или музыкальные кружки), наставники/ тренеры – все они при наличии высокого уровня доверия со стороны ребенка могут выступать в роли защитника.

Сейчас активно набирает обороты движение «звезды против буллинга». За детей, подвергающихся нападкам в школе, вступаются известные спортсмены, музыканты, актеры.

Из последних случаев широкую огласку получила история

Китона Джонса, ученика средней школы города Ноксвилль штата Теннесси (США). Ролик, где Китон рассказывает о том, как над ним издеваются в школе, его мама выложила в соцсети. И в ответ мальчик получил целый шквал комментариев и сообщений от самых разных людей, включая знаменитостей. Ему присылали добрые мемы, писали слова поддержки, обещали прийти в школу и поддержать. Это далеко не единственная такая история. Конечно, если у ребенка есть друзья за пределами школьного коллектива, есть уверенность, что его защитят от любых видов агрессии, он не станет жертвой. Но и переоценивать роль селебрити в движении против буллинга тоже неправильно.

К примеру, сверхвнимание звезд к истории Китона Джонса внезапно обернулось настоящей травлей. Членов семьи мальчика обвинили в том, что они поддерживают политику Трампа и придерживаются расистских ценностей. После этого настроение общественности резко изменилось, и на мальчика и его семью посыпались оскорбления. Те звезды, которые поддерживали мальчика, удалили свои посты и сообщения или заблокировали свои страницы. Из активных борцов с травлей эти знаменитости превратились в соучастников. Жертва сама виновата, раз ее семья придерживается «неправильных» политических взглядов. Факты буллингато никто не опроверг. Травите дальше, все хорошо, он это заслужил!

Так или иначе внимание звезд к жертвам травли не снимает ответственности со школы и родителей. Это дополнение, хороший способ придать события огласке, но не замена действиям, направленным на искоренение буллинга.

Как мы уже говорили, робость, заниженная самооценка, плохо развитые коммуникативные навыки – все это сигнал для агрессивно настроенных сверстников, что перед ними легкая добыча.

Однако заниженная самооценка, неуверенность в собственной привлекательности могут быть не только спусковым крючком, но и результатом травли. Так, в значительной степени самооценка подростка формируется под влиянием отношения окружающих. Жертве травли постоянно, на протяжении длительного времени, приходится слышать обвинения. Постепенно она смиряется с тем, что все эти обвинения и оскорбления заслужены и действительно описывают ее индивидуальность. Если вам десять человек скажут, что сегодня понедельник, то вы всерьез засомневаетесь, действительно ли сегодня воскресенье. **Если жертве не с кем нормально общаться или же у нее нарушены коммуникативные навыки, то справиться с оказываемым давлением очень сложно. И практически невозможно, если к**

давлению одноклассников подключаются взрослые.

Еще раз вернемся к простой мысли – жертва самостоятельно мало что может противопоставить буллингу. Дети-жертвы часто мечтают, что, завоевав популярность, совершив что-то великое, героическое и прекрасное, они тут же получат дружбу одноклассников. Не получат. Более того, это может быть мощным провоцирующим импульсом для начала травли. Например, известная голливудская звезда

Натали Портман получила мировую известность после роли Матильды в фильме «Леон», будучи подростком. Но от ровесников ей, скорее, досталось за славу: из-за буллинга Натали переводили из одной школы в другую. Пока она не подала документы в Гарвард.

Какие из этого всего можно сделать выводы?

1. Выбор жертвы в детском коллективе напрямую не связан с личностью самого ребенка, его поведением, внешностью, характером, увлечениями и т. д. Поэтому любые переживания родителей на темы: *что с моим ребенком не так; что мы сделали неправильно; мы попробуем приспособиться* – отметаем сразу.

2. Учитель для школьников, особенно в младшем и раннем подростковом возрасте, априори является авторитетной фигурой. Если в классе зафиксированы факты буллинга (а мы говорили о том, что это всегда длительный процесс), это означает, что педагог не контролирует ситуацию в классе либо одобряет ее. Ситуаций, когда в буллинге виноваты все, кроме учителя, не бывает.

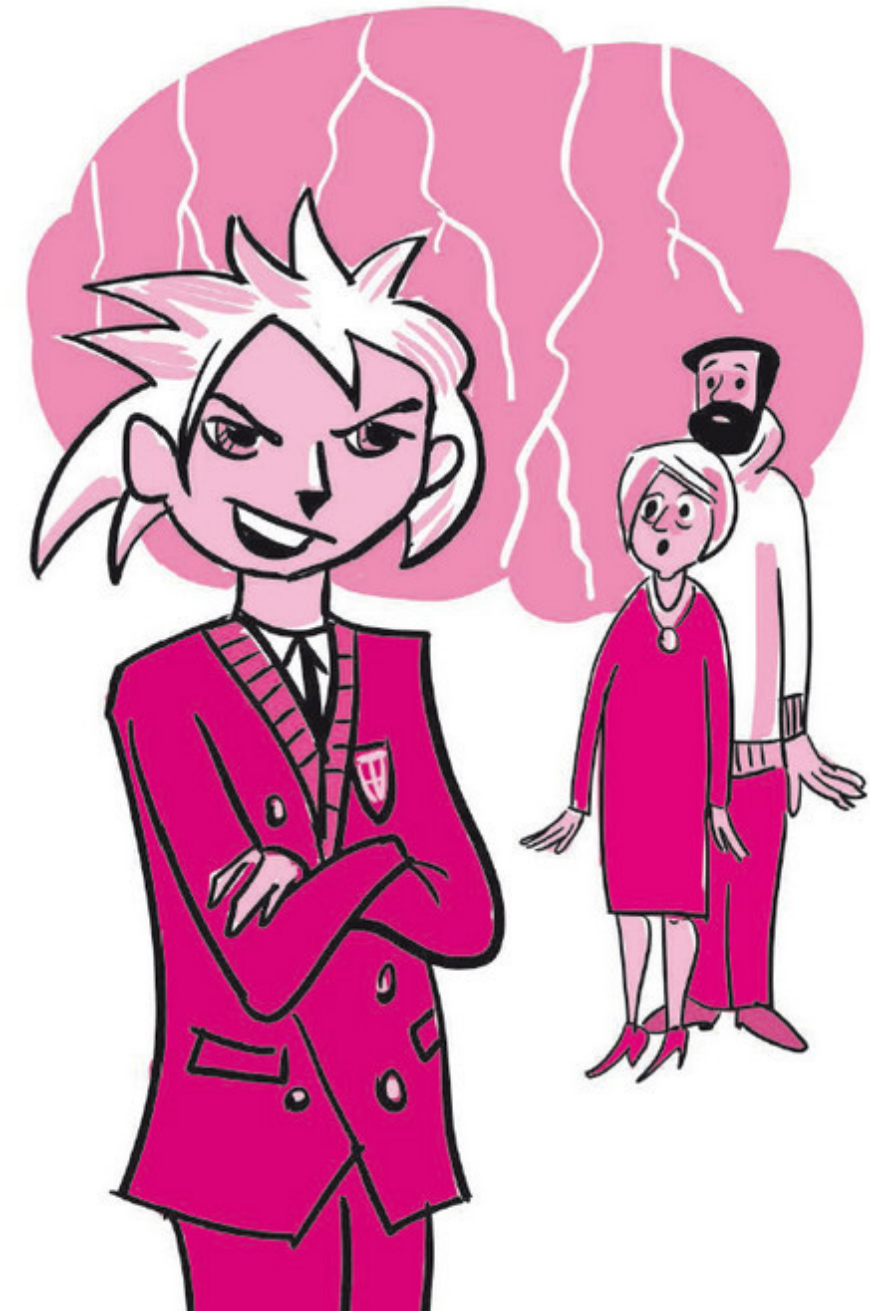
3. Вероятность появления буллинга в школьном коллективе очень высока просто потому, что это связано с естественными процессами взросления подростка. НО! Травля – это всегда патология развития. Поэтому вмешательство взрослых не просто желательно, оно необходимо. Когда вы видите симптомы болезни, вы вызываете врача. Травля – это болезнь коллектива. Само не пройдет. Зато может иметь очень неприятные последствия в будущем, причем как для жертвы, так и для агрессоров. Поэтому вмешиваемся в ситуацию без сомнений и колебаний, а также привлекаем всех нужных специалистов: юристов, психологов, учителей, инспекторов по делам несовершеннолетних и т. д.

.

Часть 4

Что делать, если твой ребенок булли?

«Буллит одинаково разрушителен как для жертвы, так и для агрессора»



Как о жертве, так и о зачинщике травли существуют стереотипные представления. Считается, что инициаторами

буллинга становятся дети из неблагополучных семей (речь идет не только о социальном статусе и уровне доходов; например, дети находящихся в процессе развода родителей также в зоне риска), подростки с повышенной физической активностью (иногда даже гиперактивностью), обладающие явными задатками лидера, амбициозные, претендующие на особую роль в коллективе. Кроме того, предполагается, что такие дети отличаются агрессивным поведением, что непременно должно привлечь внимание педагогов и родителей задолго до того, как ситуация перерастет из отдельных стычек в буллинг. И очень часто учителя, ссылаясь на отсутствие проявлений агрессии, оправдывают булли: *«Это такой хороший ребенок, умный, активный, у него много друзей, он никогда раньше ни с кем не дрался, а значит, это с вашим ребенком что-то не в порядке».*

Типичного портрета булли нет, как нет и портрета классической жертвы. Риск возникновения буллинга в школьном коллективе очень высок в силу особенностей подростковой социализации, и предсказать заранее, как распределятся роли в конкретно вашем случае, очень сложно. Важно понимать, что **издевательства над другими – это прежде всего повод для самоутверждения. Методы же, которые выбираются для травли, зависят уже оттого, что в конкретном коллективе наделяется оценками *«круто»* и «не *круто».*** Что является ценностью, а что осуждается. От чего дети желают дистанцироваться, но частью чего, напротив, активно желают быть.

В нашем случае в культ возводилась принадлежность к миру взрослых. Противопоставление шло на уровне «мы уже взрослые», а значит, наделены властью, а вы еще *«детки»,* значит, вас можно (и нужно) *«повоспитывать».* Это была такая грубая калька того, как, по мнению школьников, ведут себя окружающие их взрослые. Проблема с вейпом только подтверждала эту схему. Если у тебя есть вейп, то есть и своего рода материальное подтверждение принадлежности к миру взрослых, крутых, имеющих право решать чужую судьбу.

Это достаточно типичная для подростковых коллективов ситуация, когда они стремятся прыжком преодолеть неустойчивый период, отделяющий детство от взрослой жизни. Однако существуют и другие ценности, вокруг которых начинают формироваться роли агрессоров и жертв.

Иногда это может быть культ физической силы. Ребенок или группа могут быть нарочито грубыми, демонстрировать показную агрессию, вызывающе себя вести, открыто пренебрегать правилами школы, создавать имидж маргинального

превосходства над большинством сверстников. К сожалению, идеологии АУЕ[7] в наших школах отлично приживается именно на такой почве. Подростку предлагается иллюзия защиты, избранности, особого статуса, за который, конечно, надо платить, но зато никто не посмеет тебя обидеть. Наоборот, теперь ты можешь безнаказанно всех унижать, отнимать деньги, издеваться. А если надо кого-то избить, то тебе помогут.

Иногда ценностью становится принадлежность к «элите» (высокие доходы и/или статус семьи). У таких преследователей обычно отмечается высокий эмоциональный интеллект, который они используют для манипулирования другими. Вместо физической силы более активно применяются косвенные методы травли. Подобные дети третируют своих жертв, доказывая себе, что достойны высокого статуса своей семьи, своего «элитарного» происхождения.

Еще одной ценностью часто становится особое отношение педагогов. **В агрессоров превращается группа так называемых «любимчиков» – отличников или уверенных хорошистов, стремящихся к общественному признанию. Им разрешается больше, чем остальным детям, и гораздо больше прощается.** У таких преследователей, как правило, очень высокая самооценка. Они самоуверенны и ощущают себя успешными, стараются удержать это положение за счет противопоставления себя остальным «неудачникам», «тупым», «лохам». У таких подростков обычно слабо выражена эмпатия, но высоко стремление к доминированию. А негласная либо прямая поддержка учителей провоцирует на все более изощренные методы травли.

Есть и более экзотические ситуации, когда место лидера в коллективе по сути покупается (деньги, доступ к каким-то развлечениям и пр.), а буллинг служит средством для удержания авторитета и направлен на случайных жертв. Нестандартность такой ситуации заключается в том, что место лидера по сути занимает столь же неуверенный в себе ребенок с заниженной самооценкой, как и тот, кого выбирают на роль жертвы. **Ряд психологов считает, что буллинг – это форма компенсаторного поведения, являющаяся следствием комплекса неполноценности преследователя. У таких детей разрыв между актуальной самооценкой и «желаемым Я» больше, чем у других, а возможностей компенсировать его за счет своих способностей в учебе, спорте или других видах творческой деятельности недостаточно.** И главный зачинщик травли из-за страха потерять свой статус постоянно находится в еще большем стрессе, чем его жертвы из-за буллинга.

Основной же характеристикой булли вне зависимости от методов травли или черт его характера является патологическое нежелание признавать ошибочность своего поведения, напрямую связанное со столь же патологическим стремлением к продолжению травли. Обидчик всегда думает, что проблема не в его собственном поведении, а в поведении его жертв. Причем, если ребенка, выбранного в качестве жертвы, переводят в другую школу или забирают на домашнее обучение, ему на замену выбирается новый объект травли. И так до бесконечности.

Проблема с агрессорами заключается еще в активном нежелании родителей признавать очевидное. Многим родителям очень тяжело принять, что их ребенок стал жертвой травли, но признать ребенка зачинщиком издевательств гораздо труднее. К сожалению, очень часто родители отказываются верить в агрессивность их чада, начинают активно защищать его от якобы «бездоказательных» обвинений. Понятно и стремление родителей во что бы то ни стало защитить своего ребенка, и нежелание признавать собственные ошибки, свою ответственность за его поведение. Но именно такая реакция родителей опасна, так как убеждает ребенка, что в его действиях нет ничего плохого, он получает поддержку и одобрение взрослых и убеждается в результативности своей тактики – самоутверждения за счет травли других. По сути, есть две крайности, в которые впадают родители, узнав, что их ребенок занимается травлей:

1. **Защита** – *«Да вы сума сошли, мой ребенок никогда подобного не сделает, он воспитанный, у него много друзей и хорошие оценки».*

2. **Нападение** – *«Да, в классе есть ребенок, который никому не нравится: он ведь плохо учится / нездоров /* не *знает русского языка / он сам виноват».*

Есть, правда, еще одна родительская реакция, когда любая жалоба со стороны школы немедленно приводит к наказанию ребенка без попытки разобраться, в чем причина проблемы. Однако обвинения, унижения и наказания не помогут. Они лишь научат школьника тщательнее скрывать травлю, но не избавят его от агрессии, злости и других негативных эмоций, которые он будет и дальше выплескивать на других детей.

Родителям, столкнувшимся с тем, что их ребенок занимается

травлей, важно понимать, что последствия буллинга негативно отражаются не только на жертвах; не менее разрушительно травля влияет и на ее зачинщиков. В краткосрочной перспективе ребенок получает желаемое – высокий статус среди сверстников, рост самооценки, моральное удовлетворение от осознания своей власти над жертвой. В долгосрочной перспективе страдает его репутация. У агрессора всегда есть подражатели и сторонники, но в целом в коллективе его начинают бояться и избегают общения с ним.

Деструктивное поведение обычно начинает сказываться и на учебе, и на отношении к школьным и домашним обязанностям. Агрессор будет раздвигать границы своей власти, пробовать силу в отношениях с близкими ему людьми, младшими детьми в семье или пожилыми родственниками. В еще более отдаленном будущем вовремя не пресеченная детская агрессия аукнется поведенческими отклонениями. Ребенок-агрессор принимает как должное, что насилие сходит ему с рук, и поэтому не стремится выстраивать отношения другим образом. Агрессия может становиться его основным методом взаимодействия с миром, и у ребенка появляется уверенность, что всегда прав тот, кто сильнее. Соответственно, такой человек и во взрослом возрасте стремится любыми способами сохранить власть за собой, а при встрече с кем-то более высокопоставленным ожидает унижений в свой адрес. У него формируется черно-белая картина отношений в социуме – либо ты агрессор, либо жертва.

Закрывая глаза на поведение ребенка в подростковом возрасте, оправдывая его или перекладывая вину на других, родители подкладывают под его будущее здоровенную бомбу. Это как с инфекционными заболеваниями типа свинки или краснухи – «переболеть» буллингом и благополучно «выздороветь» в детстве не так разрушительно для подростка, нежели столкнуться с последствиями своего деструктивного поведения уже во взрослом возрасте.

Кроме того, что буллинг негативно влияет на психику агрессора, есть и более ощутимые последствия, с которыми придется столкнуться родителям такого ребенка. Подробнее об ответственности подростка за свои действия будет сказано в другой главе этой книги. А пока просто примите к сведению – за многие действия, которые родители воспринимают как детские шалости, предусмотрена уголовная или административная ответственность.

В нашем случае родители зачинщиков травли заняли на редкость неудачную позицию. Они не пытались вникнуть в проблему или просто спокойно нас выслушать. Они сразу

перешли к нападению. И главным их аргументом было – «Вы ничего не докажете». Вот только подростки не агенты спецслужб, они не знают (к счастью!), как надо действовать, чтобы не осталось никаких улик травли. А взрослые, особенно после консультаций с грамотными юристами, прекрасно представляют себе, как эти доказательства искать и документировать. Зарывая голову в песок, отказываясь верить в то, что их чудесный ребенок мог оскорблять, унижать, бить, шантажировать, всячески травить других детей и вымогать у них деньги, родители могут получить вызов в суд или как минимум требование возместить ущерб. И детские шалости уже превращаются в серьезный удар по благополучию всей семьи.

Что делать родителям, если они узнали, что их ребенок участвует в буллинге?

Во-первых, не спешить с выводами! Не стоит драматизировать – *все, приплыли, мой ребенок уголовник.* Или реагировать агрессивно – *да они там все уроды и идиоты, я их раскатаю за такие обвинения.* Вдохнуть, выдохнуть, поблагодарить за информацию, спокойно и методично начать разбираться в ситуации.

Во-вторых, вам нужна как можно более полная картина происходящего в классе. Поговорите со своим ребенком. Без обвинений, криков и эмоций. Постарайтесь спокойно обсудить тему его общения с предполагаемой жертвой. Посмотрите на реакцию. Поговорите с учителями, с родителями других детей. Выслушайте версию родителей ребенка, пострадавшего от буллинга. На этом этапе постарайтесь не вступать в пререкания, не возражать и не оправдываться. Просто послушайте, что вам скажут. Если есть возможность, поговорите с одноклассниками. Если ваш ребенок посещает секции или дополнительные занятия, узнайте, как он себя там ведет. Вспомните, случались ли конфликты вне школы (друзья семьи, развлекательные центры, детские дни рождения и т. д.). Проверьте аккаунты в соцсетях. Это спорный с моральной точки зрения вопрос, можно ли нарушать цифровую приватность подростка. Решение за вами. Но переписка ребенка может пролить свет на то, что происходит и чем это может грозить вашей семье в случае суда. Если информация о причастности вашего ребенка к травле подтверждается, то у вас две главные задачи.

Первая задача – убедить ребенка, что он не прав, что его поведение ошибочно и вредит ему самому. Самое сложное в этих разговорах – от недвусмысленного порицания *действий* ребенка не перейти к осуждению его самого. Мы тебя любим, мы тебя поддерживаем, мы всегда поможем тебе, и вот здесь и сейчас тебе

нужна помощь! Давай разберемся вместе, почему.

Если есть возможность, на какое-то время изолируйте ребенка от школьного коллектива. Для жертвы смена обстановки – это бегство, которое как раз и провоцирует формирование комплекса неполноценности, уязвимости перед агрессией. Для ребенка-агрессора смена обстановки – это возможность взглянуть на ситуацию со стороны, оценить свое поведение без привязки к уже распределенным ролям в коллективе. Если агрессор лишается поддержки своих сторонников, он теряет уверенность в себе, так как рядом не остается никого, за чей счет можно самоутвердиться, выплеснув агрессию и подкрепив тем самым пошатнувшуюся веру в себя.

Вторая задача – сотрудничество с родителями пострадавшего ребенка. Прежде всего поговорите с юристом. Вы точно должны знать, чем конкретно грозят вашему ребенку его действия. Дайте понять, что вы категорически не приемлете такого поведения своего ребенка в частности и класса в целом. Выясните, какие меры предпринимаются школой для того, чтобы предотвратить ситуации травли. Предложите свою помощь в организации таких мероприятий. Если ваш ребенок причинил конкретный ущерб (порча вещей) – договоритесь о возмещении. Принимайте активное участие в школьной жизни: походы, постановка спектакля, волонтерские обязанности. Это даст вам возможность увидеть отношения между детьми за пределами школьных правил, понять роль учителей в детском коллективе. Травля возникает не мгновенно, и этот кризис в одночасье не решается. Даже после устранения активных проявлений агрессии нормализация отношений в коллективе занимает какое-то время.

Буллинг одинаково разрушителен как для жертвы, так и для агрессоров. Ваши действия служат благу прежде всего вашего ребенка. Здесь нет победителей и побежденных, здесь есть только общее желание минимизировать причиненный вред и научить детей нормальному общению и выстраиванию отношений в коллективе.

У нас в классе отношения после прекращения активного буллинга можно было описать как вооруженный нейтралитет. Я бы не сказала, что атмосфера благоприятная. Для окончательного исправления ситуации нужен «ласковый каток» последовательных усилий всех заинтересованных сторон: школы, родителей и, конечно, самих детей. **Часть 5**

Роль школы в буллинге

«Это общая ответственность, общая проблема, и решать ее надо вместе»

В России самая распространенная позиция педагогов в случае возникновения буллинга – *мы не должны вмешиваться, дети сами разберутся.* Вторая по популярности модель поведения – *причем здесь школа, во всем виновата семья / сам ребенок.* От нашей

классной руководительницы мы услышали оба варианта. И как бы это ни было неприятно признавать школе – обе эти позиции полностью неверны и деструктивны. **По сути, именно такая позиция учителей и провоцирует буллинг, так как является молчаливой поддержкой происходящего.**

Логика рассуждений, которая подталкивает школу занимать такие позиции, очень простая. *Если у меня в классе зафиксирована травля, то я плохой учитель. Проморгал, не предотвратил, пренебрег симптомами и т. д.* Разумеется, такой вывод неприятен сам по себе. Поэтому учителя не хотят признавать происходящее в классе буллингом, особенно если это привычные мелкие стычки, оскорбления, порча канцелярии или бойкот, которые не связаны с физическим насилием. Однако есть и более серьезные аргументы в пользу отрицания фактов травли. **Учитель думает, что, признавая существование буллинга в своем классе, он «выносит сор из избы», ставит себя под удар и вредит имиджу школы в целом. Слишком многое оказывается поставлено на карту,** а значит, проще занять выжидательную позицию, возвращаясь к первой успокоительной мысли – все это детские «шалости» – в конце концов, дети должны научиться справляться с такими вещами самостоятельно.

Очень показательной была позиция учительницы в ситуации начавшейся после трагедии в Кемерово травли дочери пожарного.

«Это твой папа виноват. Ты спаслась, а они нет. Папа научил, наверное, как сбежать? Ты крыса\» – такие обвинения девочка слышала от одноклассников. Разумеется, это не было инициативой самих детей. Они транслировали разговоры, которые слышали в своих семьях, по телевизору, в социальных сетях. Одноклассники девочки скопировали в данном случае реакцию взрослых на трагедию. **Все чувствовали боль, гнев, невозможность что-либо исправить, ощущали беспомощность и вину – требовалось найти козла отпущения, чтобы выплеснуть агрессию и негатив.** Среди взрослых такой жертвой стал командир пожарного звена. В детском коллективе агрессия сосредоточилась на его дочери.

«В школе дети ее запинали. Физически могут толкнуть, оскорбить. Дочка плачет, не хочет идти в школу. Вызвали ей врача, но, кажется, нам нужен психолог. Я не могу объяснить

девочке, что не виноват. Слишком сложно это для нее. Она только и слышит от одноклассников – пожарные виноваты, не стали спасать», – рассказывает отец девочки. Супруга спасателя обратилась к учителю с просьбой о помощи. Но та лишь развела руками и посоветовала подождать, пока пройдет время».*

Когда факты травли уже невозможно отрицать или скрывать, включается схема – *вы/ваш ребенок сами виноваты. Ваш ребенок не вписывается в коллектив, проведите с ним работу, во всем виновата семья и далее по списку.* И да, бывает, что родители ведутся на такие рассуждения учителей и переносят ответственность за травлю в школе на самого ребенка, формируя у того классический синдром жертвы. Ведь фигура учителя является авторитетом не только для детей, но и для их родителей. В конце концов, мы доверяем школе наших детей как минимум на шесть часов пять дней в неделю. И мы изначально доверяем людям, которые несут ответственность за жизнь, здоровье и благополучие ребенка, пока тот находится в стенах школы. И естественно родители прислушиваются в первую очередь к мнению классного руководителя и других учителей, полагая, что они контролируют обстановку в коллективе и лучше разбираются в том, что происходит между детьми.

Желание школы не раздувать скандал приводит к тому, что жертве просто советуют подружиться с преследователями, найти общие интересы, больше общаться вне школьных занятий. Родители часто следуют таким (нужно сказать, крайне неудачным) советам учителей, веря, что необходимо помочь ребенку адаптироваться в коллективе.

Один из наиболее деструктивных примеров такой помощи – это приглашение всего класса на день рождения или другое домашнее мероприятие. **Дом и семья рассматриваются жертвой как убежище от издевательств, а тут в пространство, которое он считал безопасным, вторгаются его преследователи.** Обычно ситуация после такой попытки все исправить только усугубляется. Жертва перестает чувствовать себя в безопасности даже дома, постоянный страх, чувство беспомощности провоцируют депрессивные и суицидальные настроения. А вот преследователи получают новые поводы для издевательств, ведь теперь они владеют информацией о доме жертвы, ее домашних привычках, увлечениях (словом, всей той части жизни, которая ранее была им недоступна).

Однако если родители оказались настойчивыми и добились

того, чтобы факты травли стали известны за пределами класса, если проблема дошла до директора школы и инспектора по делам несовершеннолетних, то наступает период активной и даже какой-то суетливой деятельности. Школа начинает проводить родительские собрания, приглашать экспертов для чтения лекций, отдельно собирать учителей на совещания, посвященные теме буллинга, активизируется школьный психолог, планируются встречи с инспекторами по делам несовершеннолетних и т. д. И это, естественно, не считая тех действий, который школа предпринимает, чтобы разрешить конкретный факт травли, «неожиданно» всплывший наружу.

Это, конечно, лучше, чем бездействие. Но обольщаться такой внезапной сознательностью школьного руководства не стоит. Сами по себе единичные акции кардинально на ситуацию повлиять не могут.

Буллинг – это не спонтанный взрыв насилия, а долгоиграющая хладнокровная политика продуманных издевательств. Поэтому травля – всегда вызов школе как образовательному учреждению. Меры по предотвращению буллинга требуются столь же методичные, спланированные и долгоиграющие. По сути профилактика буллинга должна быть заложена в организационной культуре школы.

Вот, например, в скандинавских странах частью профилактики буллинга является четкая установка для всех работников школы (от директора до уборщицы) обращаться как с учениками, так и между собой предельно вежливо и уважительно. Дети не должны видеть в стенах школы примера агрессивного, оскорбительного и пренебрежительного общения между людьми вне зависимости от их статуса и возраста.

Часто в историях про буллинг, которые выкладываются в социальные сети, появляются комментарии преподавателей о том, что нынешняя школьная система требует от них сугубо оказания образовательных услуг. Вот учителя их и оказывают, а функция воспитания полностью лежит на семье. Воспитывайте своих детей правильно, и не будет никакого буллинга. Современная российская система школьного образования действительно заслуживает критики, но сводить свою роль как учителя до носителя информации, возможно, и заманчиво, но неправильно.

Как бы ни старался педагог играть роль равнодушного стороннего наблюдателя – это все равно превращается в модель взрослого поведения, которое дети либо копируют, либо, наоборот, не могут принять. И в последнем случае начинается конфликт педагога и ребенка, в процессе которого сама фигура

взрослого учителя, наставника лишается авторитета и власть в классе может сосредоточиться полностью в руках агрессоров.

Требовать от школы гарантий, что в ее стенах никогда не возникнет травля, – бессмысленно. Далеко не все зависит от усилий и внимания педагогов. Мы говорим о детских и подростковых коллективах, эмоционально незрелых, находящихся в процессе поиска собственного «я». Это сложный этап взросления, чреватый патологиями, одной из которых и является буллинг. Однако школа должна и обязана сделать все, чтобы дети понимали разницу между конфликтом и травлей. И знали, что решать конфликты желательно без применения физической силы, и умели уверенно и твердо противостоять насилию.

И если в ситуации конфликта позиция стороннего наблюдателя для учителя допустима, то в случае буллинга это только усугубляет ситуацию и позволяет насилию стать нормой в коллективе, привычным фоном взаимоотношений в классе, а потом и вовсе традицией.

Вот интересный пример: на частные элитные школы Великобритании не распространяется действие общегосударственных программ по профилактике буллинга. Одной из причин является то, что физическое насилие, оскорбления и другие формы травли – это освященная веками традиция отношений между старшими и младшими учениками. Такая вот узаконенная «дедовщина», которая, по мнению руководителей этих элитных школ, помогает воспитывать характер, формирует терпеливость, стойкость и сплоченность перед лицом превосходящей угрозы.

Где же граница, по которой проходит разделение ответственности между семьей и школой за буллинг в детских коллективах?

Во-первых, за исключением очень редких случаев, **не бывает такого, что виновата только школа или только семья. То, что ребенок столкнулся с буллингом, – это общая ответственность, общая проблема, и решать ее надо вместе.**

Попытка школы самоустраниться от одного проблемного случая, от одной «скандальной» родительницы, от одного «странного» ребенка, которого не принимает коллектив, ведет к тому, что буллинг становится сначала привычкой, а потом традицией в коллективе. Чем более старательно школа закрывает глаза на факты травли, тем более нездоровой и опасной становится атмосфера в классах. И тем сильнее возрастают шансы, что в результате неконтролируемой детской и подростковой агрессии случится нечто уже непоправимое.

Во-вторых, **травлю в классе не стоит связывать с оценкой**

конкретного учителя или школы в целом. Буллинг начинается и в гимназиях с высокими рейтингами, и в частных элитных заведениях, и в обычных районных общеобразовательных школах.

У вас в классе может быть только что получившая диплом учительница или педагог с огромным стажем и опытом, сильный учитель, имеющий множество наград, или случайно оказавшийся в школе человек с дипломом педагогического колледжа. Квалификация, опыт, высокие показатели успеваемости – ни один из этих факторов не гарантирует, что в классе не будет травли. Поэтому ситуация буллинга должна рассматриваться безотносительно к оценке конкретного учителя. НО! Обязательно должна оцениваться реакция педагога на обращения родителей и детей по поводу случаев насилия.

В-третьих, **учитель и школа в целом не имеют права игнорировать факты буллинга. Это прописано в законах Российской Федерации, это есть в образовательных стандартах школьного образования, по которым работают все российские учебные заведения.**

Школа несет ответственность за здоровье детей, в том числе и психологическое. Буллинг создает реальную угрозу здоровью и нормальному психическому развитию ребенка. А у школы не может быть приоритетов выше, чем безопасность детей. Все разговоры о престиже школы, сохранении традиций, чести и достоинстве должны отходить на задний план.

В-четвертых, **школа обязана отслеживать и предотвращать те конфликтные ситуации, которые потенциально могут трансформироваться в буллинг.**

Школьная стратегия по профилактике травли не может носить характер разовых мероприятий или бумажной отчетности. В идеале профилактика буллинга должна быть частью организационной культуры школы. Но в любом случае работа по предотвращению травли – это комплекс последовательных и связанных между собой мероприятий, которые охватывают всех детей (от начальной школы до выпускных классов). Помимо профилактики буллинга школа должна иметь четкий план действий на тот случай, если предотвратить травлю не удалось. Вовремя локализовать буллинг и минимизировать ущерб для всего коллектива – это задача школы.

Раньше учитель мог не обращать внимания на конфликты внутри его класса или даже поощрять травлю. И школа его прикрывала. **Сегодня и школа, и родители начинают понимать – такое поведение уже не считается приемлемым. Однако полностью перекладывать ответственность на школу тоже**

неверно. Очень часто причины буллинга коренятся в семье. Как бы ни была важна роль школы в социализации детей и подростков – первый и самый важный опыт взаимоотношений с другими людьми дети получают в семье.

Часть 6

Роль семьи в буллинге

«Сегодня вы научите ребенка решать вопрос кулаками, завтра он сам станет булли»

Когда мы стали разбираться в ситуации, которая случилась в классе сына, самым пугающим опытом для меня оказалось общение с родителями детей, затеявших травлю. На общих встречах взрослые, казалось бы, люди вели себя абсолютно неадекватно – истерили, хватали мои вещи, оскорбляли меня и моего сына, кричали, что мы ничего не сможем доказать. И их совершенно не волновало, что такое безобразное поведение (а иного слова подобрать невозможно) видят дети. И только когда разговор перешел в сугубо юридическую плоскость, пришло осознание, что истерики не помогут, надо начинать договариваться.

Я уверена, что если бы родители наших одноклассников вовремя подключились к ситуации на конструктивной основе, то и проблемы бы не было. Не думаю, что наши дети стали бы дружить, но и до вопиющих случаев с вейпом, фотожабами и другими издевательствами дело бы не дошло.

Ни один родитель не будет счастлив узнать, что его ребенка обвиняют в травле. И первое, что включается, – это инстинкт защиты семьи. Ну а потом, когда начинают появляться конкретные факты, включается отрицание, густо замешенное на чувстве собственной несостоятельности. Я плохой родитель, раз мой ребенок так себя ведет. Впрочем, такие же чувства возникают и у родителей жертвы. Я плохой родитель, раз не смог защитить своего ребенка, научить его справляться с агрессией, давать отпор обидчикам. И вот эти чувства – очень плохие помощники для родителей с обеих сторон баррикад. **Эмоции мешают объективно разобраться в том, что происходит. Поэтому первый и самый важный совет, которому тем не менее очень сложно следовать, заключается в том, что необходимо сначала успокоиться, а только потом совершать какие-либо действия.** В остальном варианты помощи ребенку каждая семья выбирает самостоятельно.

Я бы хотела прокомментировать только некоторые (достаточно типичные реакции родителей), которые я видела в комментариях к моим постам в Фейсбуке. И против которых я решительно возражаю. В первую очередь потому, что это вредит самому ребенку.

«В свое время я пришла в школу и просто надрала уши такому вот уроду, держащему в страхе весь класс. Буквально. Взяла за уши и оттаскала, предупредив, что буду следить за происходящим

в классе».

Такую реакцию родителя можно даже и не комментировать. **Поднимать руку на чужого ребенка, какие бы возмутительные, с вашей точки зрения, действия он ни совершил, запрещено законом.** За это предусмотрена уголовная ответственности по части 1 статьи 116 УК РФ – «Нанесение побоев или совершение иных насильственных действий, причинивших физическую боль». Наказывается штрафом в размере до 40 тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до 360 часов, либо исправительными работами на срок до 6 месяцев, либо арестом на срок до 3 месяцев. Вы уверены, что хотите, чтобы у вашего ребенка сложилось убеждение, что проблемы можно решать, игнорируя уголовное законодательство?

«А я удивлена комментариям и вообще взрослым родителям, которые боятся. Я бы разнесла всю школу за своего ребенка и после первой встречи с учителем уже с готовыми письмами была бы у директора и в департаменте. У нас в 1 классе учитель накосячила, я даже с ней разговаривать не стала. На следующий день у директора была! И теперь мой ребенок лучший и первый. А других родителей, которые тоже фигурировали в этой проблеме, я предупредила и позвала. А они замолчали в тряпочку. И у нас так весь класс молчит».

Бесспорно, необходимо довести до сведения директора, что в школе есть проблемы, однако прежде чем разносить школу, неплохо бы разобраться, кто прав, а кто виноват. Но, честно говоря, такой подход как раз напоминает действия булли. И вряд ли может являться позитивным примером для будущей социализации самого ребенка. Здесь формируется четкая установка: кто громче орет, тот и прав. Что и пытались продемонстрировать в нашем случае родители детей, которые травили Петю. Им это не помогло. Это не помогло бы и в том случае, если бы я, как мама жертвы буллинга, попыталась воздействовать на руководство школы только с помощью

прессинга и угроз.

Вместо того чтобы сфокусировать внимание руководства школы на фактах травли и поисках путей решения проблемы, родитель своим поведением переводит ситуацию в разряд – *еще одна «яжематъ».* **Безусловно, чтобы нас услышали, надавить на учительницу и руководство школы было необходимо, но вот следующий этап – это совместный поиск способов решения конфликта.**

«Мама, конечно, очень крутая сама по себе, что замутила такую движуху и поставила школу раком, но мне кажется, что тут в реальности больше пользы для ее личного морального самоудовлетворения, чем для пользы сыну. Потому что всеми этими действиями мама устраняет (скорее всего, временно) симптомы травли, но не устраняет ее реальные причины – слабость тела и духа ребенка. Если он слаб и не может за себя постоять – его все равно продолжат буллить. Не продолжат конкретно в этой школе – будут в другой. Единственный нормальный поступок, который должен сделать родитель, если узнает о том, что его ребенок стал жертвой постоянной травли, – это объяснить ему, что если не научиться бить обидчика, то ловить в этой жизни нечего. Что нужно побороть свой страх и не побояться дать по роже обидчику, даже если он заведомо сильнее. Потом оттащить ребенка за руку в ближайшую секцию бокса/борьбы. Причем эффект наступит не сразу, а где-нибудь через год.

Все остальное – это приучение ребенка к тому, что можно быть слабаком, а мамка все разрулит за тебя. Плюс так или иначе, впрягание со стороны родителей – понижает статус ребенка в глазах всех остальных учеников. Даже если они ему этого официально не предъявят, на отношении это в итоге, скорее всего, как-нибудь да скажется».

Третье видение всей нашей проблемы с травлей – на самом деле пример самой типичной реакции родителей на проблему травли в школе.

«Если поощрять жалобы ребенка, он вырастет стукачом и

слабаком». «Если помогать ребенку в школьных разборках, он никогда не научится сам общаться». «Если не научить давать сдачи, ребенка так и будут всегда лупить».

И это все прямо целый перечень того, как не надо действовать родителям. Во-первых, это перекладывание ответственности на ребенка. Если тебя травят, то это твоя вина, ты слабак и неудачник. Вот тебе и комплекс жертвы со всеми последствиями для психики. Во-вторых, буллинг – это отнюдь не всегда физическое насилие. До побоев дело доходит далеко не сразу. Вы предлагаете бить морду в ответ на каждое оскорбление? На бойкот? На насмешки? А если обидчиков много? А если это девочки, а у вас сын? **Сегодня ребенок учится решать проблему с помощью кулаков, завтра он сам станет буллером. Жестокость порождает жестокость**.

Да и все дети разные. Кто-то готов отвечать агрессией, а есть дети, которым это сложно. Ну не все готовы к боксу. Для Пети мы нашли подходящий вариант – уроки мечевого боя и фехтования. Он перестал бояться, что его ударят, но и в драки не лезет. У него появилась внутренняя уверенность в своих силах, но, что не менее важно, он почувствовал нашу поддержку. И этого оказалось достаточно, чтобы одноклассники перестали к нему цепляться. В случае буллинга ребенок оказывается в незнакомой ему опасной ситуации, он не знает, как себя вести, и ему нужна помощь. А оставлять ребенка один на один с травлей, чтобы научить самостоятельности, это то же самое, что учить его плавать, бросив в воду с моста. Вот только в воде еще плавают зубастые такие крокодилы. Выплывешь и принесешь домой крокодильи шкурки – молодец. Ну а не выплывешь – сам виноват.

А потом дети вырастают и пишут вот такие посты в соцсетях:

«Папа меня учил, что свои проблемы надо решать самостоятельно и по возможности бить так, чтоб не встали. Да, он вырастил меня бойцом, но он не дал мне того, что, на мой взгляд, необходимо любому человеку, особенно ребенку: чувство поддержки, знание, что он не один, что есть кому его защитить, что семья всегда будет на его стороне, что ему есть к кому прийти с проблемами».

Но чаще ребенок не может справиться с буллингом без поддержки родных, и тогда все может закончиться очень печально. Вот такую прощальную записку написал японский пятиклассник, который повесился из-за травли в школе:

«Пожалуйста, простите меня, моя семья, я ухожу. Я в школе подвергался буллиту. В один день они полностью изменили отношение ко мне, начали меня игнорировать. Потом они начали сдирать с меня одежду и поливать меня водой. Постоянно звонили по телефону и бросали трубку, вымогали у меня деньги. Я не могу больше страдать, пожалуйста, разрешите мне умереть. Отец, большое спасибо за новый велосипед. Я очень тебе благодарен, хотя успел поездить на нем всего неделю. Пожалуйста, отдайте мои вещи другим детям. Мне кажется, эти булли не понимают, какие ужасные вещи они совершают, и чтобы показать им это, я умру».

Япония – одна из немногих стран, где еще с XIX века, а может, и раньше, было хорошо известно о существовании такого явления, как травля в школах. Однако японцы воспринимали буллинг как естественный процесс взросления. Считалось, что каждый школьник должен пройти через унижения и издевательства одноклассников, чтобы закалить характер. Как и в английских школах, такая своеобразная традиция дедовщины. Разумеется, жаловаться на издевательства было нельзя. Того, кто не справлялся с травлей самостоятельно, называли «слабаком», не способным в будущем защищать семью и достойно служить обществу.

И мое мнение еще раз – ответственность за детей несут родители. Мы учим своих детей общаться и взаимодействовать с окружающими. «Что такое хорошо, а что такое плохо» крошка-сын пришел узнавать к отцу, а не к педагогу или директору школы. Родителям пора осознать всю степень своей ответственности за ребенка и его поведение: за то, что кроется в «шутках и шалостях».

Поэтому, если ваша семья столкнулась с буллингом, главное – докажите своим детям, что к вам можно прийти с любой историей, любой проблемой, и вы поможете!

Часть 7

Юридическая ответственность подростков
«Вооружимся пачкой офисной бумаги и стальными нервами…»

Главный тезис юристов – государство активно подключается,

когда в первую очередь затронута «анатомическая целостность гражданина». Ну, то есть проще всем структурам подключиться, когда есть факт физического насилия. Но это не значит, что нам нужно сидеть сложа руки и ждать, пока дойдет до реального насилия *(вот когда убьют, тогда и приходите\)*. Психологическое насилие также является преступлением, поэтому Уголовный и Административный кодексы нам в помощь. Просто готовимся лучше, собираем доказательную базу тщательнее. Запасаемся терпением и убираем эмоции.

1. Самый сложный, с юридической точки зрения, период – до 14 лет.

Всю ответственность за действия детей несут родители и государственные учреждения, где ребенок находится. Но как заставить их эту ответственность прочувствовать?

а) Ситуации разные, но я поняла, что прежде всего нужно обратиться к психологу или психиатру. Именно они дают заключение о тяжелом психологическом состоянии и моральном вреде, нанесенном ребенку в результате травли. Важно! Этот эксперт должен иметь лицензию, которая подойдет для суда. Тогда его заключение пойдет в дело.

б) Если ситуация сложная, опасная, или нет времени самому разбираться в тонкостях закона,

лучше обратиться за помощью к юристу. Знаете, есть такой старый анекдот: «У каждой девушки должен быть свой ОЛОГ – косметолог, гинеколог, стоматолог». Похоже, пора включать в этот набор еще психолога и юриста.

в) Далее необходимо собрать доказательную базу. Скриншоты, ссылки, показания одноклассников и других свидетелей, заключения о порче вещей, справки о побоях, фото плевков в портфель, кэш в гугле и т. д. Записываем аудио и видео. Это не частные съемки – это не запрещено. Аргументируем тем, что собираем доказательную базу для пресечения противоправных действий (по этой же схеме вас снимают на видео в магазинах). **Важно! Диктофон должен быть куплен в российском магазине (сохраняем чек), а не на «Алиэкспрессе». Иначе вопросы вам будут задавать спецслужбы.**

г) Когда есть реальные доказательства травли, можно приступать к написанию жалоб. Обращаемся в соответствующие инстанции. Если где-то забуксовало, пишем выше. Но не стоит сразу писать в прокуратуру. Прокуратура обязательно обратится в

школу, руководство которой абсолютно честно ответит, что никто к ним с жалобами не приходил. С письменными! Устные встречи – это вы просто поболтать зашли. Подробно – кому в каком порядке писать – описано в приложении (памятке).

д) Следующий этап – суд с родителями. Собрали доказательную базу? Приложили заключение экспертиз? Значит, следующий шаг – оценка материального и морального ущерба. Собирайте чеки на медикаменты, прописанные психологом/психиатром; чеки на самого психолога/психиатра и других врачей, если были побои, физические травмы и лечение; чеки на юриста; чеки на репетиторов из-за пропуска школы (если было); чеки на испорченное имущество (или прайсы из интернета); оцените моральный вред. В последнем пункте главное не увлечься – можно выставить счет и миллион, но суд снизит сумму в сотни и десятки раз. Рассчитывайте, что в обычном случае суд постановит заплатить 100–200 тысяч рублей. Но – это по одному эпизоду и с одного родителя. Если процедуру повторить, то ребенок-агрессор встанет родителям в копеечку. Тем более что родителям, с которыми вы судитесь, тоже придется потратиться на адвокатов.

е) Последнее – не молчите о вашей проблеме, придайте ситуацию огласке в социальных сетях, привлеките журналистов, общественные организации. Тех, кто профессионально занимается проблемами профилактики буллинга, в Сети много. К ним можно и нужно обращаться за советом и помощью. Именно общественный резонанс заставляет двигаться многие инстанции. А родителей обидчиков подталкивает к тому, чтобы пересмотреть свое отношение к проблеме.

2. **Нашему обидчику 14 лет?** Прекрасно (ужасно, конечно, но!) – наступает его личная ответственность по некоторым пунктам Уголовного кодекса. Нам пригодятся: умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (психическое расстройство сюда также относится!) (статья 111), умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью (статья 112), кража (статья 158), грабеж (статья 161), разбой (статья 162), вымогательство (статья 163), умышленные уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах (часть вторая статьи 167), хулиганство при отягчающих обстоятельствах (часть вторая статьи 213), вандализм (статья 214). В остальных случаях ответственность за ребенка несут родители (см. пункт 1).

3. С 16 лет подросток несет ответственность в полной мере. Обратите внимание на следующие пункты УК РФ:

✓ Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего (статья 110).

✓ Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства. Склонение к совершению самоубийства путем уговоров, предложений, подкупа, обмана или иным способом при отсутствии признаков доведения до самоубийства (статья 110.1).

✓ Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично или с использованием средств массовой информации либо информационно-телекоммуникационных сетей, в том числе сети «Интернет» (статья 282).

✓ Клевета, то есть распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию (статья 128.1).

✓ Мелкое хулиганство, то есть нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, сопровождающееся нецензурной бранью в общественных местах, оскорбительным приставанием к гражданам, а равно уничтожением или повреждением чужого имущества (статья 20.1**).**

✓ Побои или иные насильственные действия, причинившие физическую боль, но не повлекшие последствий, указанных в статье 115 настоящего Кодекса, совершенные из хулиганских побуждений, а равно по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы (статья 116).

✓ Причинение физических или психических страданий (статья 117).

Но не стоит забывать и про ответственность родителей: неисполнение родителями или иными законными

представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних (статья 5.35. КоАП РФ).

Судебные разбирательства – путь не быстрый. Нам понадобится пачка офисной бумаги и стальные нервы. **Но зато я точно знаю, что мой сын получит опыт решения подобных конфликтов в правовом поле, а не с позиции – кто сильнее, тот и прав!** Он будет знать, что обращаться за помощью не стыдно, а в некоторых случая жизненно необходимо. И что семья его поддержит. Всегда!

Часть 8

Последствия буллинга

«Те, кто в детстве пережил травлю, сейчас имеют проблемы со здоровьем и низкий социальный статус»

15 января 2018 года

«Двое подростков напали с ножами на учеников школы города Перми. В результате инцидента ножевые ранения получили 15 человек, в основном ученики младшей школы, состояние троих пострадавших оценивается как тяжелое. Школа № 127, расположенная в Мотовилихинском районе Перми, считается

одной из лучших не только в городе, но и во всем Пермском крае. Специфика этого образовательного учреждения заключается в том, что здесь на I–III ступенях обучения углубленно изучают английский и французский языки, а также предметы художественно-эстетического цикла».

19 января 2018 года

«В школу в бурятском поселке Сосновый Бор ворвался ученик с топором и "коктейлем Молотова". Напавший устроил пожар и ранил семерых человек, в том числе учительницу русского языка. «Мальчик предупредил, написал одной девочке в Viber, чтобы та не ходила в школу, так как "будет мясо". "Никогда на А. не подумала бы, что он может такое сделать. Тихий, нормальный с виду мальчик. Да исправил бы он эту двойку! Так и не могу понять, почему он так поступил "».

2 февраля 2018 года

«В Калужской области произошло событие, потрясшее многих: учащийся 7-го класса школы № 1 г. *Спас-Деменска напал с ножом на одноклассника и ранил его, после чего выпрыгнул из окна третьего этажа. В тяжелом состоянии мальчика госпитализировали в областную больницу. Учащиеся школы в соцсетях рассказывали, что напавшего ребенка одноклассники травили с первого класса. Насмехались, издевались. Отбирать личные вещи – пенал, рюкзак – было нормой. А в этом учебном году дети и вовсе решили его не замечать – полностью игнорировать, будто он пустое место. Мальчишка растет без отца, друзей у него практически нет, целыми днями он сидел за компьютером или уткнувшись в телефон. Жители Спас-Деменска говорят, что мальчик очень тихий, вежливый. От него такого никто не ожидал».*

21 марта 2018 года

«В школе города Шадринска Курганской области учащаяся седьмого класса во время урока географии открыла огонь по одноклассникам из пневматического оружия. Всего пострадали семь человек, одного из пострадавших увезла скорая. В школе ходят слухи, что причиной такого ужасного поступка стал конфликт со

сверстниками, моральная травля».

18 апреля 2018 года

«Подросток напал с ножом на одноклассницу и поджег класс в одной из школ в башкирском городе

Стерлитамаке. В результате пострадали четыре человека: две ученицы, сам нападавший и учительница информатики. Спасаясь, одна девушка была вынуждена выпрыгнуть в окно. Сам нападавший пытался покончить с собой. Подросток неоднократно говорил своим знакомым, что его одноклассники издеваются над ним и он собирается напасть на школу. В переписке во «ВКонтакте», он говорил, что купит ножи и травмат: "Я хочу увидеть крики, слезы, страх, чтобы они кричали и молили о пощаде. А я скажу: «Нет, вы этого не заслуживаете» – и улыбнусь им. Я собираюсь убить штук 30, а еще попытаюсь школу взорвать, если, конечно, успею все сделать вовремя"».

Это только те «громкие» преступления, совершенные в стенах школы, которые произошли с начала 2018 года. Если набрать в поисковой строке «нападения в школах по России», то выборка получится значительно объемнее. Если же не ограничиваться Россией, то количество подобных происшествий и вовсе переходит все разумные пределы. А каждый случай – это жертвы среди детей и учителей.

Для справки: *«С начала 2017 года по январь 2018-го зафиксировано 12 инцидентов нападений либо случайного использования холодного или огнестрельного оружия в российских школах. Погибло три человека, более 20 раненых, включая трех учителей»*[8].

Собранные воедино, такие инциденты производят очень тягостное впечатление. Хотя бы потому, что **школа должна быть безопасной территорией, где мы можем оставить своих детей без опасений за их жизнь, здоровье, психику.**

Конечно, те, кто внимательно отслеживал эти события,

поспешат мне возразить, что нельзя так легко все обобщать. Это внешне кажется, что все похоже. Пермь: ножи – нападение; Улан-Удэ: топор – нападение – поджог; Калуга: нож – нападение; Шадринск: травматический пистолет – нападение; Башкирия: нож – нападение – поджог. Однако при ближайшем рассмотрении оказывается, что каждый случай имеет свои особенности, свои причины, которые привели к столь страшным последствиям. В одном случае подросток был психически нездоров, в другом состоял на учете, был трудным ребенком и т. д. Однако все эти случаи имеют одно важное сходство: преступление стало точкой невозврата для этих детей.

Школьники, которые ранее не отличались агрессивным поведением, тихие, вежливые вдруг становятся инициаторами страшных преступлений. А учителя *лучшей школы района* недоумевают, *как такое могло произойти,* ну был конфликт с одноклассниками, с кем не бывает. А потом в СМИ поднимается волна обсуждений детской агрессии, школьного насилия, необходимости ужесточить надзор и усилить меры безопасности, которая, впрочем, сходит на нет уже через пару месяцев после очередного происшествия. Хотя то, что мы увидели, – это лишь последствия, а вовсе не причина проблемы. Причина лежит в таком неприятном для большинства родителей и учителей явлении, как буллинг.

Последствия буллинга, его воздействие на здоровье и психику ребенка могут быть разными. Дети отличаются друг от друга, мы все рождаемся на этот свет с некоторой предрасположенностью, в том числе и к эмоциональному реагированию. Но взрослым надо четко понимать, что для ребенка оказаться в роли жертвы травли – это огромный стресс, который обрушивается на еще только формирующуюся психику. И серьезные последствия характерны именно для состояния психического стресса как следствия продолжительной психотравмирующей ситуации. Поэтому искать, как справиться с проблемой, назначать лечение необходимо по правилам диагностики психических расстройств и поведенческих нарушений. И самое неприятное, что **выход из стрессовой ситуации может завершиться для ребенка ценным жизненным опытом, а может аукнуться патологиями в будущем.**

В Королевском колледже Лондона проводили исследование, в рамках которого изучалось, как детская травля влияет на жизнь жертвы во взрослом возрасте. Исследователи наблюдали за детьми, которые родились в Англии, Шотландии и Уэльсе в течение одной недели 1958 года. Всего 17 тысяч детей входило в

первичную выборку. В возрасте 7,11 и 16 лет проводилась оценка здоровья и развития участников эксперимента, а затем оценивалось их физическое и психологическое здоровье, эмоциональное и материальное благосостояние в 23, 33,42,45 и 50 лет.

Согласно данным этого исследования около 8 тысяч детей подвергались травле в школе. Не половина, конечно, но значительно больше трети. В дальнейшем за их здоровьем наблюдали, и анализ этих данных показал, что негативные последствия буллинга заметны даже спустя 40 лет. У жертв травли чаще наблюдались проблемы со здоровьем и психические расстройства: депрессии, тревожные состояния, суицидальные мысли. Исследователи выявили также влияние буллинга на будущий социально-экономический статус человека: **у тех, кто сталкивался с травлей в детстве, уровень образования и дохода был ниже, они чаще имели трудности с устройством на работу.**

Что и неудивительно. Если у ребенка в анамнезе оказался негативный опыт буллинга, это отразится на его коммуникативных навыках, уровне социализации, поставит в значительно более невыгодное положение в сравнении со сверстниками уже после окончания школы, в институте, на работе, в общении с начальством… В случае травли у ребенка формируется синдром жертвы, вылечить который уже во взрослом возрасте очень сложно. И это требует больших затрат – времени, душевных сил, денег.

Синдром жертвы – это прежде всего низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих и страх неудачи. Это мина замедленного действия, которая будет срабатывать всегда, когда во взрослой жизни от человека потребуется принять важное решение, отстоять свои права. Да даже не попасться на удочку уличных мошенников людям со сформированным синдромом жертвы гораздо сложнее. Главное чувство, доминирующее на протяжении всей жизни такого человека, – это страх. А синдром жертвы – это защитный механизм психики. И чтобы справиться со страхом, человек начинает примерять на себя разные маски, следовать определенным шаблонам поведения и мышления.

Это может быть роль вечного ребенка. В этом случае человек всем своим поведением показывает, что нуждается в заботе, внимании и опеке, он не хочет учиться, не хочет работать, но всеми силами стремится переложить ответственность за свою жизнь на других. Чтобы ни случилось в жизни такого человека, виноваты другие – родители, семья, друзья, коллеги по работе.

Другой формой проявления синдрома жертвы может стать созависимость в отношениях, болезненная потребность жить ради других. Человек считает себя жертвой своего прошлого и хочет построить счастливую жизнь без плохих эмоций. Для этого всю свою жизнь такой человек посвящает заботе о других. Таким образом он пытается получить подтверждение своей нужности, важности. Это такое навязчивое желание быть кому-то нужным, без попытки выяснить, требуется ли это собственно объекту его заботы.

Иногда человек с синдромом жертвы мимикрирует под агрессора. Прошлое настолько эмоционально травмировало человека, что проще занять к окружающему миру показательно агрессивную позицию. Неуверенность в себе и страх маскируются хамством, агрессией, требованиям повышенного внимания к себе в ущерб окружающим. Все что угодно, только не оказаться снова в роли жертвы. Часто агрессоры маскируют свою неудовлетворенность и оправдывают свое поведение внешними рациональными причинами.

И конечно, чаще всего человек с синдромом жертвы обладает очень пессимистическим видением мира и склонен к депрессиям. *Я никому не нужен, я ни на что не способен, в моей жизни уже ничего интересного не произойдет…* **Беспомощность, жалость к себе, отсутствие мотивации и, как результат, суицидальные настроения, неврозы и психические расстройства.**

Дело в том, что ни одна из этих моделей поведения не способствует благополучной жизни, успешной карьере, счастливым семейным отношениям. Поэтому так опасен буллинг, поэтому нельзя пускать на самотек детские «шалости», поэтому надо наблюдать за психологическим состояние ребенка и обращать внимание на тревожные симптомы. Помимо долгосрочных последствий есть и краткосрочные следствия буллинга, которые отражаются на здоровье и поведении жертвы и дают родителям понять, что у ребенка есть проблемы.

На что надо обращать внимание, чтобы не допустить патологий в психическом развитии ребенка в будущем?

✓ На любые признаки стресса. Обычно у ребенка резко портится настроение перед выходом в школу, возвращается с уроков он тоже в подавленном состоянии, о школьных делах разговаривает крайне неохотно, а то и вовсе замыкается в себе, переводит разговор на другие темы. Также характерны повышенная раздражительность, обидчивость, тревожность.

Петя неоднократно говорил, что не хочет идти в школу. Часто заводил разговор – вот бы завтра не пойти. Школьные

события мы обсуждали, но сын не жаловался, да и друг у него в классе был. Поэтому какие-то вещи, связанные с учебой или с Мишей, обсуждал вполне свободно. Я понимала, что дискомфорт в общении с одноклассниками есть, но масштабов на тот момент не осознавала.

✓ На попытки запугивания младших братьев и сестер или других детей вне школьного коллектива, разыгрывание сценок унижения или агрессии в играх (иногда дети начинают имитировать то, что с ними происходит).

Мы это переросли. Такие симптомы больше характерны для детей помладше. Когда ребенок еще не может сформулировать, что с ним происходит, но таким образом просит помощи, пытается привлечь внимание взрослых к проблеме.

Обычно это признаки первой реакции на травматическое событие. Ребенок еще не может осознать происшедшее, но уже чувствует дискомфорт и стремится его избежать теми способами, которые может себе позволить.

✓ На учащаются случаи внезапного ухудшения самочувствия перед школой. Температура, расстройства желудка, симптомы отравления, сильная головная боль. Если похода в школу удалось избежать самочувствие возвращается в норму очень быстро.

Поверьте, я тоже долгое время не верила в психосоматику. Вызывала Пете скорую, переживала, что прохлопали серьезную болячку. Как любая мама, подозревала, что притворяется. Настаивала, что в школу надо ходить, ну невозможно же постоянно на больничном сидеть. Вот только проблема была в травле, а не в «ангине». И с ангиной справиться намного проще, к сожалению, чем с буллингом. Ида, на этом этапе я уже поняла, что дело в проблемах с одноклассниками.

✓ На резкие перепады настроения. Ребенок часто плачет без видимой причины. У него изменился темперамент или поменялись пищевые привычки. Например, он перестает есть, возвращается из школы голодным. Или, наоборот, начинает есть слишком много и часто. Прячет еду в своих вещах, ест по ночам. Начинается расстройство сна (бессонница, кошмары, кричит во

сне). Снижается чувство собственного достоинства, и ребенок становится более грустным, сдержанным. Эти «симптомы» часто сопровождаются падением успеваемости, нежеланием участвовать во внешкольных мероприятиях и командных проектах класса. Все это признаки того, что нужна помощь родителей.

До таких проблем у нас не дошло, но судя по тем историям, которыми делились со мной родители в соцсетях, это очень типичные признаки при травле в школе. Параллельно могут развиваться психосоматические заболевания.

Перечисленные признаки характерны для следующих фаз стрессовой ситуации: отрицание и смирение. Когда травля становится привычным фоном школьной жизни и для зачинщиков, и для их жертв, у последних включается отрицание. Ребенок вытесняет происшедшее. Отказывается в это верить. А потом, если ситуация не меняется, он смиряется с происходящим. Это последний этап, на котором ребенка еще можно вывести из стресса без патологий и без длительного лечения у психолога.

Следующий этап – это саморазрушение. Дети травмируют себя, в том числе чтобы не ходить в школу. Обвиняют самих себя, приписывая часто выдуманные поступки. Пытаются убежать из дома, обрывают контакты с родителями и другими членами семьи. Все это сопровождается суицидальными настроениями и депрессией. Иногда за ребенком замечаются антисоциальное поведение (например, воровство в магазинах) или внезапные вспышки гнева и агрессии. В самых крайних случаях может дойти до регрессивного поведения (энурез, болезненная привязанность к родителям, потеря навыков гигиены и т. д.).

Я начала главу о последствиях буллинга с перечисления случаев насилия, которые произошли в школах в текущем году. То, что мы видели в репортажах СМИ, – это тоже варианты саморазрушения, наиболее резкие его проявления. Перечисленные преступления школьников – это результат того, что подростковая психика не справилась со стрессовой ситуацией. Вмешательство взрослых (возможно, на любой стадии, но чем раньше, тем лучше для всех) помогло бы избежать таких трагических последствий. Но, конечно, лучше всего было бы предупредить и предотвратить травлю еще до ее возникновения. Это постепенно начинают осознавать и школы, и родительские комитеты, и детские психологи. На первый план выходит профилактика буллинга. И главный вопрос, на который необходимо дать ответ: что и как нужно изменить в школах,

чтобы свести риск возникновения травли к минимуму.

Часть 9

Профилактика буллинга. Зарубежный опыт

«Лучшие результаты там, где работают с родителями»

Разумеется, травля в школах не является лишь российской бедой. Эта проблема в той или иной степени присутствует во всех странах мира, от самых бедных и низкоразвитых до тех, которые на первый взгляд кажутся идеалом социального благополучия. Согласно выводам статистического исследования[9], охватывающего данные более 80 опросов школьников по всему земному шару, **среднемировая доля детей, так или иначе сталкивавшихся с буллингом, составляет *35 %* (причем эта доля одинакова как для агрессоров, так и для жертв).**

Нельзя сказать, что во всех развитых зарубежных странах ситуация с буллингом в школах находится под контролем государства и даже самих школ. Во многих странах Азии из-за особенностей менталитета эту проблему предпочитают не замечать, замалчивать или требовать от детей, чтобы они справлялись с травлей собственными усилиями. При этом в последние годы в этих странах законодательные меры по профилактике буллинга все же появились, но в большинстве случаев они воспринимаются чисто формально и по сути бесполезны. Например, в Южной Корее педагоги и психологи – как практики, так и исследователи – разработали уже множество антибуллинговых программ для детей разных возрастов, начиная с детского сада.

Эти программы в первую очередь направлены на развитие коммуникативных навыков и эмпатии, есть среди них и те, которые учат правильным действиям при травле, если ребенок стал жертвой или сторонним наблюдателем. Эти программы вполне успешно проходят проверку на практике, но, увы, ресурсов хватает только на реализацию их в рамках одного-двух классов или максимум одной школы. Попытки обращения инициативных групп к корейскому правительству с просьбами поддержать антибуллинговые программы на национальном уровне пока не увенчались успехом.

В китайских школах травле регулярно подвергается примерно половина всех школьников, при этом школы в большинстве случаев отрицают существование проблемы: *это просто игра, дети шутят, иногда переходят границы, но это же дети.* Внимание широкой общественности к проблеме удалось привлечь только в 2016 году[10], когда новостной портал *China News* опубликовал пост из личного блога матери десятилетнего школьника, затравленного одноклассниками до такой степени, что он отказался ходить в школу (а позже это запретил и врач, диагностировавший у мальчика острое стрессовое расстройство). История вызвала общественный резонанс, но настоящий шквал осуждения и недовольства вызвал даже не сам факт буллинга, а

поведение школьной администрации, к которой мать обратилась с рядом требований: виновники должны быть наказаны; их родители должны извиниться и оплатить медицинские расходы; необходимо принять меры по защите ребенка от дальнейших преследований. На все эти требования был получен отказ. Вообще в китайских школах подход к борьбе с буллингом, как правило, ограничивается требованием устного или письменного извинения со стороны агрессора. Тем не менее в конце 2017 года министерство образования Китая все-таки объявило о внедрении государственной стратегии профилактики буллинга с четко выстроенной системой ответственности (в том числе личную ответственность за меры борьбы с буллингом несет заместитель директора школы) и наказаний (вплоть до исключения агрессора из школы, перевода в исправительное заведение или в наиболее тяжелых случаях даже ареста). Окажется ли эта система эффективной, покажет время.

Япония ассоциируется у многих людей с изысканной вежливостью, стремлением во всем и всегда поддерживать гармонию и избегать любых конфликтов. Однако именно в этой стране наблюдаются случаи самой жестокой и методичной школьной травли. Число случаев буллинга здесь примерно такое же, как и в среднем по миру, но он отличается необычной изощренностью и приводит к тяжелым последствиям*. Недаром наиболее распространенной причиной смерти японских детей в возрасте от 10 до 19 лет является суицид, а самой частой датой – 1 сентября. Школы в Японии организованы таким образом, что дети обязаны постоянно находиться в организованной группе и подчиняться законам большинства. Из-за этого травлю часто организуют не один-два ученика, а большая часть класса, жертвами же становятся единицы, по какой-то причине не способные следовать известному японскому принципу «kuuki wo yomu» (в переводе – «читай атмосферу», то есть «ощущай общее настроение и адаптируйся»). Учителя же в лучшем случае проповедуют идею «приспосабливайся или уходи», в худшем – сами входят в число агрессоров (по некоторым данным, до 12 % учителей участвуют в буллинге школьников). И даже не потому, что учителя в Японии слишком злые или имеют садистские наклонности, а потому, что сами боятся оказаться в числе жертв.

Министерство образования страны признает наличие проблемы, но, похоже, не пытается активно с ней бороться. В 2013 году был введен в действие закон, в соответствии с которым школы обязаны отчитываться о случаях буллинга. Но на практике закон работает далеко не всегда; это связано в первую очередь с тем, что учителя, получив от детей информацию о травле,

предпочитают ее замалчивать, чтобы не портить репутацию школы, или даже обвиняют самих жертв, утверждая, что они недостаточно усердно стараются влиться в коллектив.

Одной из самых успешных антибуллинговых мер в Японии в последнее время стало внедрение мобильного приложения STOPit*. Приложение было разработано в США, где оно уже используется в 6000 школ (более 3 миллионов пользователей). В Японии это число, конечно, значительно меньше, ведь проект пока считается пилотным, но, тем не менее, по сравнению с предыдущим годом, когда о ситуации буллинга можно было сообщить только по телефону или электронной почте, число обращений школьников уже выросло в пять раз. Знакомство учеников с приложением STOPit проходит централизованно в рамках специальных занятий. Для таких ознакомительных уроков подготовлен пакет материалов, в том числе видео, в котором ситуация кибербуллинга показана с точки зрения жертвы. А к 2018-2019-му учебному году обучение работе с приложением и поведению в ситуациях травли в целом планируется включить в обязательный курс этики для начальной и средней школы.

Это опыт зарубежных стран, в которых проблема буллинга признается, но не считается настолько значимой, чтобы требовать поддержки государства. Хотя очевидные сдвиги все же есть. Поговорим теперь об успешных примерах антибуллинговых программ, которые используются на национальном или муниципальном уровнях в разных странах мира и неоднократно доказали свою эффективность, в том числе по итогам статистических исследований (можно сразу отметить, что в целом лучших результатов достигают те программы, в которых большое внимание уделяется работе с родителями).

Программа Ольвеуса (Норвегия)

Впервые в мире программа профилактики буллинга на национальном уровне была реализована в Норвегии в 1980-х годах. Предпосылкой к этому стало резонансное самоубийство трех подростков в результате буллинга в 1983 году. Программа, известная как OBPP (Olweus Bullying Prevention Program – программа Ольвеуса по профилактике буллинга), была разработана известным норвежским психологом Даном Ольвеусом и оказалась настолько эффективной (например, после ее реализации в Осло число жертв буллинга снизилось на 40 *%,* а агрессоров – на 50 *%),* что применяется до настоящего времени и уже адаптирована под системы образования многих стран. Акцент в этой программе сделан на создание правильной атмосферы в школе и дома, которая и формирует у детей нормальные, приемлемые во взрослом обществе, модели отношений.

В основе ОВРР лежат четыре основных принципа. Взрослые в школе (и в идеальном случае дома) должны:

✓ проявлять теплоту и позитивную заинтересованность;

✓ устанавливать жесткие границы приемлемого поведения;

✓ использовать уместные и непротиворечивые, нефизические и невраждебные методы воздействия в случае нарушения правил;

✓ быть авторитетными, демонстрировать правильную модель поведения в обществе.

С учетом этих принципов разработан ряд конкретных мероприятий на трех или четырех уровнях: школьном, классном, индивидуальном и в некоторых случаях общественном. Реализацией программы в каждой школе занимается специально созданный координационный комитет из учителей, школьных администраторов, родителей и учеников. Правила поведения и принципы наказания устанавливаются в каждой конкретной школе совместно с учениками в ходе занятий, на которых в доступной, часто игровой форме рассказывается о сути, развитии и последствиях буллинга.

На основе этой программы в США был разработан алгоритм внедрения антибуллинговых программ в школах и представлен на официальном сайте правительства, посвященном буллингу и борьбе с ним. Согласно этому алгоритму необходимы следующие действия:

1) Оценка ситуации в школах – частота случаев травли, объекты травли, где и когда происходит, насколько осведомлены о происходящем администрация школы, учителя и родители.

2) Распространение информации – информирование родителей о случившемся, проведение бесед со школьниками.

3) Введение свода правил и ограничений – правил общения в школе со сверстниками и учителями и контроль за их соблюдением.

4) Построение безопасной среды.

5) Обучение школьников и персонала школ – включение блока мероприятий, посвященных проблеме буллинга, в образовательные программы, обучение педагогов доброжелательному взаимодействию со школьниками и между собой, а также правильному поведению в ситуации буллинга.

Дети – медиаторы школьных конфликтов

Антибуллинговые программы, созданные на основе методик Дэна Ольвеуса, направлены в первую очередь на работу с родителями и учителями. Но некоторые специалисты говорят о том, что стоит активно задействовать и самих учеников – это касается даже не столько обучения противодействию буллингу, сколько привлечения школьников к выполнению функций

медиатора. Например, **в некоторых калифорнийских школах,** особенно тех, где большую часть учеников составляют дети из малообеспеченных и афроамериканских семей, практикуется принцип «восстановительного правосудия», основанный на групповом диалоге[11]. **В случае конфликта вместо поиска и наказания виновника собирается совет детей и взрослых – участников конфликта, педагогов, родителей и медиатора из числа школьников.** Для получения статуса медиатора ребенок должен сдать специальный экзамен по основам подростковой психологии, и нужно сказать, что в желающих попробовать себя в подобной роли недостатка нет. Интересно, что похожий подход, но с восточной спецификой, достаточно успешно реализуется и **в Гонконге[12],** где студенты старших классов могут пройти специальное обучение и получить статус «послов гармонии» – «хэ ши лао» (изначально так назывались старейшины в китайских деревнях, обладавшие правом разрешать внутрисемейные и общественные конфликты). Групповые обсуждения также практикуются в школах Германии: **в каждой классной комнате лежит специальная тетрадь, в которой любой ученик может написать о конфликте, участником или свидетелем которого он стал**, при желании анонимно. Пути решения проблем обсуждаются раз в неделю на классном часе.

В некоторых школах **Японии** склонность юных японцев к конформности и объединению в группы используют для формирования антибуллинговой культуры. Поощряется создание «патрульных команд», которые маршируют по школьным коридорам, скандируя такие слоганы, как «вместе боремся с травлей», «мы не потерпим буллинг». В таких школах число случаев травли значительно снижается, поскольку агрессоры начинают восприниматься коллективом как несогласные, не такие как все.

В Канаде существует еще один вариант профилактики и преодоления буллинга в школе – Safe School Ambassadors Program (SSA). Что в переводе означает «послы безопасной школы». Послы выбираются из числа учащихся, которые пользуются авторитетом среди сверстников, обладают хорошими коммуникативными навыками и умеют постоять за себя и друзей. Они принимают участие в тренингах вместе со взрослыми наставниками, где их учат разрешать конфликты и оказывать поддержку школьникам, которые испытывают трудности в общении со сверстниками. При таком подходе дети гораздо лучше осведомлены о происходящем в школе. И что очень важно, в роли послов чаще всего оказываются те школьники, которые при ином развитии событий скорее всего стали бы булли и выступали бы инициаторами

травли.

Программа KiVa (Финляндия) [13]

KiVa на финском означает «добрый», а еще это сокращение от слов Kiusaamista Vastaan – «против буллинга». Эта программа разрабатывалась в течение трех лет при поддержке Министерства образования и культуры Финляндии специалистами университета Турку. Она была запущена в 2009 году и в настоящее время работает уже в 90 % школ страны. В основе программы лежит теория профессора психологии Кристины Салмивалли.

Создатели KiVa подчеркивают, что она является одной из немногих антибуллинговых программ, основанных на результатах многолетних научных исследований. Кроме того, эффективность программы регулярно тестируется, и ее результативность подтверждена не только в самой **Финляндии,** но и в других странах мира.

Суть программы в том, что **главный акцент в борьбе с буллингом делается не на взрослых и не на главных участниках травли – паре жертва – агрессор, а на свидетелях буллинга.** Авторы программы обратили внимание на то, что обычно дети и подростки имеют негативное отношение к буллингу, однако в рамках конкретной ситуации травли редко выражают свое отношение на практике. Около 35–40 % детей и подростков выступают в качестве инициаторов или соучастников травли, а число тех, кто является свидетелем буллинга, но не вмешивается, достигает 35–40 %. Получается, что многие, не являясь непосредственными участниками травли, молча ее поддерживают, вместо того чтобы остановить аресссора. Главная цель разработчиков финской программы заключалась в том, чтобы превратить уже существующее негативное отношение к травле в антибуллинговое поведение. Попытки убедить агрессора вести себя по-другому обычно не приносят никаких результатов, считает профессор Салмивалли – необходимо изменить поведение учеников, исполняющих другие роли. **Прежде всего нужно убедить помощников и свидетелей прекратить поддерживать буллинг.**

Реализация концепции профессора Салмивалли включает три этапа работы:

1. **Первый этап** – это ознакомление учеников с явлением буллинга. Буллинг, его истоки и последствия становятся темой беседы со всем классом. Важно обратить внимание на то, что переживает жертва насилия, как на нее влияет происходящее, а также поговорить о возможных путях предотвращения буллинга и

выхода из данной кризисной ситуации. Следует указать на то, что поведение в группе зачастую сильно отличается от естественного поведения человека. Итогом дискуссии должно стать осознание того, что пассивный наблюдатель – тоже участник буллинга.

2. **Второй этап** – это побуждение учеников к осмыслению своего поведения, своей роли в случае возникновения травли: «Как поступлю я, если окажусь свидетелем буллинга?»

3. **Третий этап** – это исследование учениками конкретных ситуаций травли, поиск решения проблемы. Такое упражнение позволяет в рамках идентичной реальной, но безопасной ситуации отрепетировать антибуллинговое поведение.

На основе этой теории были разработаны методики социально-эмоционального обучения, которые активно применяются для профилактики буллинга в странах, принявших программу на вооружение, в числе которых не только европейские страны (Нидерланды, Италия, Уэльс, Эстония, Бельгия и т. д.), но и Новая Зеландия, ЮАР и страны Латинской Америки.

Задачами социально-эмоционального обучения являются развитие саморегуляции, понимания чувств других и их динамики, управления эмоциями, умений разрешать конфликты без агрессии, развитие коммуникативных навыков. Если обобщить, то такие программы нацелены на формирование у детей высокого уровня эмпатии. Это совместные программы, которые объединяют все заинтересованные стороны – детей, учителей, родителей. Обычно обучение проводится в форме ролевых игр, постановки любительских спектаклей, совместного просмотра фильмов с последующим обсуждением, но бывают и обычные тренинги или классические уроки. **Главное в таких программах – дать детям возможность примерить на себя роли жертвы, агрессора или свидетеля травли в контролируемой (безопасной) среде, а потом дать проговорить и помочь осмыслить полученные впечатления.** Такие программы помогают детям более четко осознавать границы своей уязвимости, но главное – знакомят с алгоритмами действий в ситуациях, унижающих их достоинство или угрожающих их безопасности.

Помимо реализации программ KiVa в школах, эта модель профилактики буллинга имеет общегосударственную поддержку, которая предполагает ежегодный мониторинг школ по всей стране. Результаты мониторинга попадают в Министерство образования Финляндии, на основе этих данных делаются выводы

о том, какие классы и категории детей находятся в группе риска, после чего в школы отправляются специалисты для работы.

Национальная концепция безопасных школ и портал Bullying. No way! (Австралия)

Австралийское правительство относится к проблеме создания безопасной среды обучения очень серьезно. Еще в 2003 году была разработана Национальная концепция безопасных школ (National Safe Schools Framework)[14] – программный документ, основная задача которого сформулирована следующим образом: «Все австралийские школы являются безопасными, комфортными учебными сообществами, которые уважают учеников и обеспечивают их психологическое и физическое благосостояние». Концепция содержит набор руководящих принципов создания безопасной среды в школах, что считается базовой предпосылкой качественного образования. Выделены девять элементов, необходимых для эффективного противодействия харассменту, насилию и буллингу в школах:

✓ Ответственность руководства школы за создание безопасной среды.

✓ Создание в школе культуры общности и поддержки.

✓ Наличие всех необходимых стратегий и регламентов.

✓ Профессиональная подготовка персонала.

✓ Управление поведением в позитивном ключе.

✓ Особое внимание к психофизическому состоянию учеников и их ответственности за свои действия.

✓ Раннее вмешательство и индивидуальный подход.

✓ Партнерские отношения с семьями и сообществом.

Для каждого элемента для применения в конкретных ситуациях разработан широкий спектр стратегий, сценариев и методик, основанных на передовом опыте, научных исследованиях, замечаниях и предложениях преподавателей и администраторов школ. Национальная концепция безопасных школ периодически проходит независимый аудит, и в нее регулярно вносятся изменения и обновления.

В 2012 году рабочая группа, состоящая из представителей школ и Департаментов образования всех штатов и территорий страны, запустила портал **Bullying. No way!**[15] **(«Буллинг. Ни за что!»)** – пожалуй, один из самых подробных ресурсов о школьном буллинге.

На портале собраны самые разные материалы для всех групп, которые так или иначе могут столкнуться с проблемой буллинга – от школьной администрации до младших школьников.

Помочь руководству каждой школы оценить эффективность существующей антибуллинговой политики или разработать новую, подобрав наиболее подходящие именно этой школе программы и методики, призвана система STEPS.

Учителя найдут на портале рекомендации о том, как действовать в ситуации буллинга, огромное количество методических разработок и поурочных планов для любого школьного возраста, а также дайджесты последних научных работ по этой тематике, подборки статей и даже подробную инструкцию по проверке качества и достоверности научной работы.

Родители с помощью материалов портала научатся распознавать первые признаки того, что их ребенок может быть жертвой или агрессором, получат рекомендации психологов о том, как вести себя в той или иной ситуации, как разговаривать с ребенком, какие воспитательные методы можно применять с самого раннего возраста, чтобы избежать неприятных ситуаций в школе. Для них же собрана информация, касающаяся актуального федерального и территориального законодательства.

Для школьников-подростков простым и понятным языком рассказывается о том, что такое буллинг и почему с ним нужно бороться, что делать, если ты подвергся травле или стал ее свидетелем, и как вести себя в том случае, если агрессором называют тебя, и как можно с минимальными потерями исправить неприятную ситуацию. На портале также есть материалы для детей, которые хотят активно участвовать в борьбе с буллингом в своей школе – советы по организации групповых информационных проектов, подробное руководство по проведению антибуллинговой кампании для старших школьников.

А для самых маленьких детей на портале есть обучающие игры (онлайн и в мобильном приложении), рассказы, открытки и книжки с картинками про приключения инопланетянина Аллена, попавшего в обычную школу (разумеется, ко всему этому прилагаются методические рекомендации для родителей и учителей).

Для тех, кому некогда вчитываться в подробные материалы и нужна помощь прямо сейчас, на сайте в специальном разделе собраны краткие советы по поведению в ситуации буллинга или кибербуллинга, контакты органов власти, в которые следует обращаться в наиболее тяжелых ситуациях, и телефоны горячих линий психологической помощи для детей и родителей.

Администраторы портала также ежегодно организуют Национальный день противодействия буллингу и насилию.

Школам предлагается множество материалов для проведения этого мероприятия – планы уроков, плакаты и открытки, браслеты участников. На самом сайте в этот день проводятся онлайн-уроки и конференции. В 2018 году участниками Национального дня против буллинга стали 4575 австралийских школ, а тема звучала так: *«Представь себе мир, в котором буллинга не существует».*

Подытоживая зарубежный опыт, хочу сказать, что идеальной схемы профилактики буллинга в школах нет. Анализ результатов даже самых успешных антибуллинговых программ свидетельствует о снижении случаев травли, а не о полном их искоренении. Но все-таки можно сказать, что в западных странах есть система профилактики буллинга и борьбы с ним, она понятна и интегрирована в систему школьного образования. А вот что есть в России…

Часть 10

Буллинг в России. Как решать проблему?

«Если в вашей школе есть антибуллинговая программа – вам очень повезло»

Главная проблема российского школьного образования в том, что такого системного подхода к борьбе с буллингом у нас нет. И каждый раз приходится учиться решать проблемы травли заново. Родители не знают, куда обращаться за помощью, дети не знают, что о помощи надо просить, школа не знает, как эту помощь предоставить. В общем, изобретаем дефибриллятор, когда пациент уже готов к операции.

Буллинг в наших школах старательно игнорируют. И не сказать, что это примета времени. Отношение к школьной травле в советскую эпоху прекрасно демонстрирует реакция людей на фильм Ролана Быкова «Чучело». А это был шок. Во-первых, это был первый случай, когда на широкий экран вышел фильм, показывающий детскую жестокость. Напоминаю, это был 1986 год. И это первый раз, когда про детскую травлю осмелились говорить в открытую. Во-вторых, после того, как фильм вышел в прокат, самой распространенной реакцией зрителей стало отрицание: возмущенные учителя писали режиссеру письма с требованием приехать к ним в школу и посмотреть, какие на самом деле советские школьники. В газетах публиковали разгромные рецензии. Такой жестокости, какую показали в фильме, среди советских детей нет и быть не может. А ведь фильм был снят на основе повести, которую ее автор Владимир Железников написал по реальным событиям. *«Это была история моей родной племянницы из Нижнего Новгорода. Она взяла на себя чужую вину, и одноклассники ее затравили, а учитель, который должен был во всем разобраться, слег с инфарктом. Она мучилась несколько недель, пока правда не выплыла наружу».* Сам режиссер Ролан Быков пережил травлю и говорил после выхода фильма: «Это я – Чучело». Выход фильма в широкий прокат был одобрен после закрытого показа на московской учительской конференции, когда преподаватели из самых разных уголков Советского Союза поддержали картину. Это был действительно первый раз, когда о проблемах школьной травли заговорили на общегосударственном уровне. На показы водили целые школы, его обсуждали на учительских семинарах и конференциях, вытаскивая наружу множество подобных фактов подростковой жестокости. Но потом случился развал Советского Союза и буллинг стал, скажем так, не самой большой проблемой большинства школ. Травля снова ушла в подполье, а ученики и родители остались один на один с проблемой.

Надо признать очевидное. На сегодняшний день в российском школьном образовании нет системы психологической работы со школьниками, с так называемыми трудными подростками, с проблемными детьми. Современные российские школы (в своем среднестатическом варианте) не умеют реагировать на вызовы времени, не знают, что делать с отклонениями от нормы, не способны бороться с патологиями развития в детских и подростковых коллективах. У школ обычно два варианта поведения в случае возникновения любых проблем (не только травли): запугать или игнорировать. Наиболее эффективно

школы умеют делать вид, что ничего особенного не происходит.

В начале 2000-х годов появилась идея обеспечить школы психологами и все сложные и нестандартные случаи отдать под их ответственность. Казалось бы, ну отличный же выход. Вот только с точки зрения школы, психолог – лишняя бесполезная нагрузка на бюджет. Поэтому если и появлялась ставка психолога, то он был один на всю школу. Или психолог и вовсе нанимался по договору на пару часов в день. В среднем в российской муниципальной школе 800-1000 детей. Посчитайте, сколько рабочих часов уйдет у одного человека, чтобы просто спокойно поговорить с каждым учеником. Я не говорю уже о более сложных терапевтических сеансах.

Да и не готовы школьные психологи к решению проблем травли в коллективе. Их не считают педагогическими кадрами, поэтому зарплаты у них значительно скромнее, чем у учителей. И это не клинические психологи, которые обучены распознавать школьников с отклонениями (вроде тех подростков, которые нападали на школы с ножами и топорами) и умеют работать с ними. В лучшем случае школьный психолог может провести тесты по профориентации, помочь определиться с выбором вуза, подсказать подростками, как выстроить отношения с учителем или что сказать родителям о плохой оценке. И на этом все. **Что такое системная работа с проблемой буллинга?**

Организационно-управленческая часть профилактики буллинга – это ответственность государства. Что есть в России на общегосударственном уровне?

Есть **институт Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка**, главная задача которого состоит в осуществлении независимого контроля за деятельностью государственных органов, органов местного самоуправления, детских учреждений в части защиты и восстановления прав детей. Но, честно говоря, это слишком далекий от каждодневных школьных проблем институт. И я ни разу не сталкивалась с тем, чтобы его представители поднимали проблему травли в школе на сколько-нибудь системном уровне.

В Федеральных государственных образовательных стандартах начального общего образования и основного общего образования и **в Законе РФ «Об образовании»** определены требования к созданию комфортной развивающей образовательной среды, гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся. Это очень хорошо. Родителям есть на что ссылаться, когда школа пытается переложить ответственность за буллинг на семью, прикрываясь лозунгом об оказании образовательных услуг и

только.

В декабре 2017 года была принята **Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации** до 2025 года. Но даже при условии соблюдения всех сроков и успешной реализации всех целей этого документа конкретную помощь от школьных психологов в случае буллинга подростки смогут получить только лет через пять. Кроме того, чтобы психологическая помощь в школе действительно заработала, все должны знать, что, обратившись за ней, они получат именно помощь, а не проблемы.

Родители одного из подростков, напавших на учеников пермской школы, еще до того, как ситуация обернулась трагедией, обращались в комиссию по делам несовершеннолетних. Однако вместо того, чтобы оказать помощь, комиссия оштрафовала самих же родителей.

Могла бы помочь специализированная психологическая подготовка учителей. По большому счету, они ближе к детям, они априори обладают авторитетом в классе и при наличии определенных навыков и умений могли бы принести больше пользы в проблемной ситуации, чем психологи. По крайней мере, распознать проблему и привлечь к ней внимание родителей и психологов учителя обязаны, чтобы там ни говорили об отсутствии у школ функции воспитания. Вот только в системе высшего образования при подготовке учителей психологии уделяется очень мало времени. А уж особенностям психологии подросткового возраста – и вовсе крохи.

У государства нет возможностей и желания пересмотреть содержание образовательных программ педагогических вузов, где, между прочем, есть бюджетные места? Ладно! **Давайте делать курсы повышения квалификации для учителей. Разбирать на них реальные случаи травли, изучать зарубежный опыт, искать способы предотвращения буллинга на ранних этапах**, когда он еще не превратился в патологию и может быть купирован. Делать смешанные учебные группы учителей и школьных психологов, отрабатывать методы внутришкольного взаимодействия в случае травли. Приглашать на учительские собрания представителей родительских комитетов и обсуждать пути решения конфликтных ситуаций, учитывающие в первую очередь интересы детей, их безопасность, их психологических комфорт. Но делать это необходимо в масштабах страны, а не в нескольких школах, основываясь на личной инициативе администрации или родителей.

Показательно, что после нападения на пермскую школу первой реакцией федеральной власти стало не требование

реформы служб психологической поддержки школьников, а усиления охраны школ. Вице-премьер РФ Ольга Голодец пообещала усилить охрану школ по итогам работы специальной комиссии во главе с министром образования Ольгой Васильевой. Росгвардия предложила ужесточить требования к частным охранным предприятиям, оказывающим услуги для госучреждений. Но я хочу водить ребенка в школу, а не в осажденную крепость.

Создание эффективной системы психологической помощи и поддержки в школе, на мой взгляд, важнее и эффективнее (и вряд ли дороже) введения более строгих мер безопасности, установки рамок металлодетекторов или камер в туалетах. Правда, результаты будут не столь явными. За камеры и детекторы можно отчитаться, их можно сфотографировать и получить благодарность. А вот детей, которые спокойно ходят в школу, не опасаясь ничего страшнее внеплановой контрольной по математике, ни к какому отчету не привяжешь. Подумаешь, в школах все хорошо. Так ведь и должно быть? Не правда ли?

Чтобы быть эффективной, антибуллинговой программе вовсе не обязательно заручаться поддержкой государства. В некоторых странах специалистами разработаны учебные планы, которые находятся в открытом доступе и при желании могут использоваться любой школой. Например, в Польше подобные планы были созданы коллективом проекта «Ближе»[16] (Blizej), состоящим из психологов, специалистов в области педагогики, школьных учителей и при активном участии самих школьников. Программа ABBL состоит из И уроков-сценариев, направленных на управление динамикой группы, установление определенных правил поведения, создание благоприятной атмосферы, смягчение тревоги и помощь неуверенным в себе ученикам, противодействие негативному и агрессивному поведению. Программу рекомендуется использовать в начале учебного года, чтобы предотвратить возможные конфликты внутри вновь созданного детского коллектива и максимально комфортно адаптировать новичков. Там же, на портале, есть горячие линии для консультации и поддержки жертв буллинга и их родителей.

Насколько мне удалось изучить вопрос, в России нет даже этого. **Нет общепризнанных в школьных сообществах методик по выявлению случаев буллинга, нет нормативных документов и готовых алгоритмов по предотвращению проблемных ситуаций, реагированию на случаи насилия в школах в целом, включая и случаи травли.** На текущий момент отсутствуют службы психологической поддержки жертв травли. Есть телефоны доверия, есть отдельные общественные

проекты (например, онлайн-проект *Травли. net,* движение Анны Поповой *#вместепротивтравли* и т. д.). Нет программ мониторинга школ по критерию уровня ее комфортности и безопасности. Нет единой руководящей позиции по отношению к травле для учителей, администраторов, других сотрудников школы. Каждая школа, каждый родитель, каждый ребенок оказывается в ситуации, когда приходится изучать тему самостоятельно и изобретать способы борьбы с травлей с нуля.

Информационно-образовательная часть профилактики и борьбы с буллингом – это уже задача школы. Но на уровне школ все еще печальнее. Если обобщить зарубежный опыт, вот примерный перечень того, что должна делать школа в рамках профилактики буллинга:

✓ Мотивационная работа с администрацией. Каждый сотрудник школы (не только педагоги) должен своим поведением подавать пример вежливого общения и уважительного отношения к окружающим.

✓ Консультативно-образовательная работа с педагогами и членами родительских коллективов. Все должны понимать, как распознать признаки травли, какие меры необходимо принять, как разговаривать с детьми. Есть схемы поведения, которых должен придерживаться каждый сотрудник школы, столкнувшись с различными ситуациями травли.

✓ Консультативно-коррекционная работа с детьми (жертвами, булли, свидетелями). В школе должна быть налажена система психологической поддержки школьников, алгоритм работы с родителями «трудных» детей.

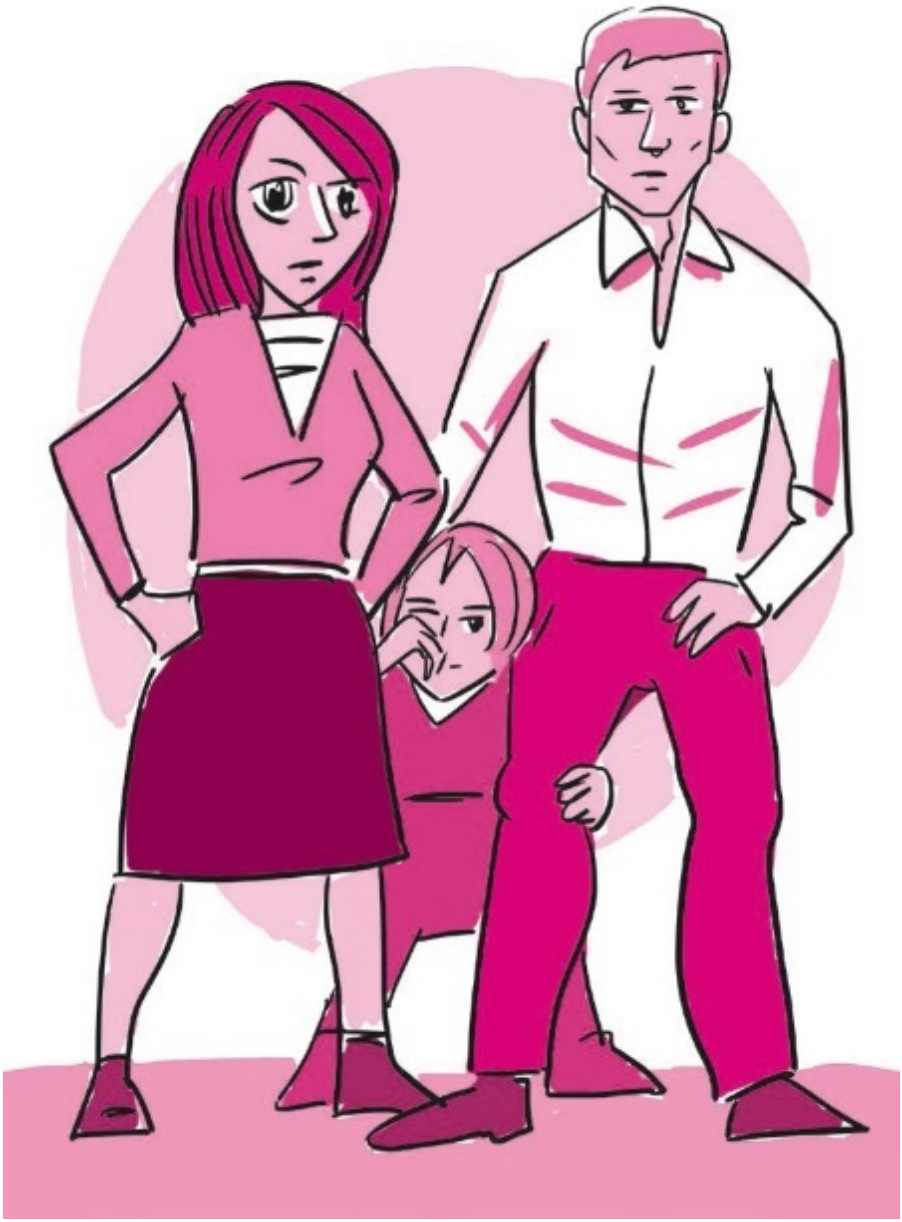
✓ Образовательная работа с детьми. Школьникам необходимо изучать вопросы, касающиеся уважения и соблюдения прав человека, гендерного равенства, принятия общечеловеческих ценностей. Необходимо обсуждать с детьми тематическую литературу и фильмы.

✓ Формирование комфортной психоэмоциональной среды учебного заведения. Необходимо регулярно проводить мониторинг уровня комфортности и безопасности школьной среды.

Задайте в своей школе вопрос, что конкретно из этого перечня делается, и желательно попросить назвать конкретные мероприятия и показать документы или методички. Есть, конечно, возможность, что конкретно мероприятий для профилактики буллинга в вашей школе не проводится, зато

активно ведется работа по проведению внешкольных мероприятий. Такие мероприятия, если они проводятся не на бумаге, очень эффективны для предотвращения возникновения самой идеи травли в детском коллективе. Сплоченная командная работа, свободная творческая атмосфера, общие цели, вовлеченность в процесс – отличная профилактика буллинга в любом коллективе, в том числе и в детском. Если у вас такая школа – вам очень повезло. Но, к сожалению, такие школы в России скорее очень большое исключение, нежели правило.

Вместо заключения



Никак нельзя закончить эту книгу обычными словами – в заключение. Потому что еще очень рано говорить об окончательном разрешении проблемы буллинга в России или о каких-либо итогах. Разве что негативных. А заканчивать книгу на грустной ноте тем более не хочу.

А хочу вернуться к тому, с чего эта история началась. Беда наших школ даже не в том, что дети сталкиваются в них с

буллингом. Это слишком распространенное явление, и шансы столкнуться с травлей есть в любом детском коллективе любой страны. И даже в не в том, что нет системных подходов к профилактике и своевременному пресечению фактов травли. В конце концов, внедрение нужных методик, обучение специалистов, создание грамотной службы школьной психологической поддержки – дело наживное. Тренд на борьбу с буллингом задан общемировой, и доберется он в конце концов и до нашей страны.

Но неприятно осознавать то, что мы продолжаем молчать. Дети боятся признаться, что в классе процветает буллинг, потому что страшно и стыдно. Школы – потому что хотят сохранить статус, имидж, честь, рейтинги и избежать огласки, авось само рассосется. Родители зачастую молчат просто от незнания, куда обратиться за помощью и поддержкой и как придать травлю огласке. Хотя тоже и страшно, и стыдно.

Тот хайп, который поднялся вокруг нашей с Петей истории, свидетельствует очень наглядно, что молчать никак нельзя. Каждый раз, когда мы поднимаем эту тему, каждая история, описание подробностей того, как взрослые и дети справились с очередным случаем травли – это разрушение стены молчания. Это возможность повлиять на школы, достучаться до государства, добиться создания антибуллинговых программ и их реализации на постоянной и системной основе. Что мы можем сделать? В наших силах не давать этой теме заглохнуть, обмениваться печальным, но опытом и помогать другим пробиваться через те преграды, которые уже преодолели сами.

В приложении есть памятка, где собрана вся самая важная информация и дан алгоритм действий на случай, если вы уже столкнулись с травлей. А для того чтобы в наших школах не было места страху, унижениям и агрессии, призываю вас: столкнувшись с буллингом, главное – не молчите! **Приложение 1**

Памятка. Как остановить травлю ребенка

С травлей обязательно нужно бороться. Хотя путь будет не быстрый. Нам нужна пачка офисной бумаги и стальные нервы. И все получится!

Глоссарий [17]

Травля, или **буллинг** (англ, bullying) – агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны остальных членов коллектива или его части. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны. Как проявления травли специалисты расценивают оскорбления, угрозы, физическую агрессию, постоянную негативную оценку жертвы и её деятельности и т. д.

Буллинг может быть и в физической, и в психологической форме. Проявляется во всех возрастных и социальных группах.

Буллинг приводит к тому, что жертва теряет уверенность в себе. Провоцирует разной тяжести психические отклонения, а также психосоматические заболевания и может явиться причиной самоубийства.

Интернет-травля, или **кибертравля** – намеренные оскорбления, угрозы и обнародование компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как правило, в течение продолжительного периода.

Для обозначения явления также используются англицизмы **кибермоббинг** – это термин, пришедший из английского языка (от англ. Cyber-Mobbing), также **интернет-моббинг** (Internet-

tobbing), **кибербуллинг** (CyberbuUying).

Травля осуществляется в интернете через электронную почту, мессенджеры и социальные сети, а также через видеопорталы (YouTube, Vimeo и другие), либо посредством мобильного телефона (например, с помощью SMS-сообщений или надоедливых звонков).

Лица, совершающие хулиганские действия (обычно их называют «булли» или «мобберы»), действуют анонимно – так, что жертва не знает, кто ее преследует.

Термин **абьюз** (англ, abuse) означает плохое обращение, оскорбление, чаще используется для обозначения насилия: психологического, морального, физического и сексуального. **Абьюзер** – осуществляющий насилие.

Как остановить травлю ребенка

ВАРИАНТ 1.

ВОЗДЕЙСТВУЕМ НА ШКОЛУ

(обзывают, прячут вещи, бойкотируют, толкают и т. д.)

СОБИРАЕМ ДОКАЗАТЕЛЬНУЮ БАЗУ:

- Скриншоты, оскорбления, ссылки, показания одноклассников и свидетелей, заключения о поломках вещей, справки о побоях, фото «плевков в портфель», кэш в гугле и т. д.
- Анализируем аккаунты зачинщиков травли в социальных сетях — в каких группах состоят, что постят, как разговаривают. Это поможет при составлении характеристики абьюзеров.

ОБРАЩАЕМСЯ К КЛАССНОЙ РУКОВОДИТЕЛЬНИЦЕ,

родителям учеников, с которыми сложности у вашего ребенка, к школьному психологу, социальным работникам. Проговорите ситуацию. Определите план действий.

ВАЖНО!!
Без вмешательства третьих сил сами дети не смогут разрешить ситуацию в классе. Только постоянная работа и постоянный контроль.

Ничего не изменилось? Следующий пункт —

ОБРАЩАЕМСЯ К ПСИХОЛОГУ / ПСИХИАТРУ.

Именно они дают заключение о тяжелом психологическом состоянии и моральном вреде, нанесенном ребенку ситуацией. Выбирайте того, у кого есть лицензия.

ВАРИАНТ 2.

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

(ребенка травят в соцсетях, испортили его вещи и т.д.)

- Записываем аудио и видео (это не частные съемки – это не запрещено). Если просят прекратить, аргументируем, что собираем доказательную базу и пресекаем противоправные действия (по этой же схеме вас снимают на видео в магазинах).

ВАЖНО!!

Диктофон должен быть куплен в российском магазине (сохраните чек), а не на «Алиэкспрессе». Иначе вопросы вам будут задавать спецслужбы.

ИЩЕМ ЮРИСТА,
если ситуация сложная и агрессивная, или чувствуете, что нет времени самому разбираться в тонкостях закона.

ВАЖНО!

Этот эксперт должен обладать лицензией, которая подойдет для суда. Тогда его заключение пойдет в Дело.

ПИШЕМ ЖАЛОБЫ:

(именно в этой формулировке)

1. • **Директору школы.**

   Если не помогло:

2. • **в комиссию по делам несовершеннолетних управы/администрации района;**
   • **в управляющий совет школы;**
   • **инспектору по делам несовершеннолетних.**

   Если не помогло:

3. Пишем жалобы о бездействии представителей госучреждения:
   • **в Департамент образования;**
   • **в прокуратуру;**
   • **уполномоченному по правам человека в городе.**

Писать придется много. Пишем! Устные встречи — это вы просто поболтать зашли. Пишем в соответствующие инстанции. Если где-то забуксовало, пишем выше. НО — не перескакиваем. Например, раз — и написали сразу в прокуратуру. Та, естественно, спрашивает школу: «Что, собственно, происходит?», а школа абсолютно честно отвечает, что никто к ней не обращался.

ФОРМИРУЕМ ОБЩЕСТВЕННЫЙ РЕЗОНАНС

Именно он заставляет двигаться многие инстанции. А родителей абьюзера подталкивает к тому, чтобы пересмотреть свой подход

МОНИТОРИМ СИТУАЦИЮ:

- Регулярно общаемся с представителями школы, разговариваем со своим ребенком.
- При необходимости повторяем процедуру.
- Параллельно показываем ребенку, что помимо школы есть множество интересных вещей: кружки,

СОБИРАЕМ ЧЕКИ, ПОДТВЕРЖДАЮЩИЕ ТРАТЫ:

- на медикаменты, прописанные психологом/психиатром;
- на самого психолога/психиатра и других врачей, если были побои, физические травмы и лечение;
- на юриста;
- на репетиторов из-за пропуска школы (если было);
- на имущество, которое испортили (или прайсы из интернета);
- оцениваем свой моральный вред.

ПОДАЕМ В СУД

С возмещением морального вреда главное не увлечься – можно выставить и миллион, но суд снизит в сотни и десятки раз. Рассчитывайте, что на круг в легкой версии суд постановит заплатить 100 000 – 200 000 тысяч рублей. Но – это по одному эпизоду и с одного родителя. Если это действие повторить да учесть, сколько родители ребенка, с которыми вы судитесь, также потратят времени и денег на адвокатов, то ребенок-абьюзер встанет родителям в копеечку.

к ситуации. Пишите посты в социальных сетях, обращайтесь к знакомым журналистам, пишите в СМИ, которые публикуют материалы на тему буллинга и травли детей.

блоги, путешествия, спорт и т.д.

- Объясняем, что проблема не в нем. Да, отношения с этими людьми не сложились, но в жизни и не бывает, чтобы тебя любили все.
- Мир безграничен, если не получается в одном месте – получится в другом!

ЮРИДИЧЕСКАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ДЕТЕЙ ЗА ТРАВЛЮ

САМЫЙ СЛОЖНЫЙ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ НАКАЗАНИЙ ПЕРИОД – ДО 14 ЛЕТ.

Всю ответственность за действия детей несут родители и государственные учреждения, где ребенок находится. Но как заставить их эту ответственность прочувствовать?

Через представителей властей и суды.

И на всякий случай

Статья 5.35. КоАП РФ:
Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних.

АБЬЮЗЕРУ 14 ЛЕТ?

НАСТУПАЕТ ЕГО ЛИЧНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПО НЕКОТОРЫМ ПУНКТАМ УГОЛОВНОГО КОДЕКСА.

Нам пригодятся:

УК РФ Статья 111.
Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (психическое расстройство сюда также относится!)

УК РФ Статья 112.
Умышленное причинение вреда здоровью средней тяжести

УК РФ Статья 158.
Кража

УК РФ Статья 161.
Грабеж

УК РФ Статья 162.
Разбой

УК РФ Статья 163.
Вымогательство

УК РФ Статья 167 часть 2.
Умышленное уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах

УК РФ Статья 213 часть 2.
Хулиганство при отягчающих обстоятельствах

УК РФ Статья 214.
Вандализм

> Ответственность за детей несут родители. Мы учим своих детей. «Что такое хорошо, а что такое плохо» крошка-сын пришел узнавать к отцу, а не к педагогу

С 16 ЛЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НАСТУПАЕТ В ПОЛНОЙ МЕРЕ.

К СТАТЬЯМ ИЗ ПРЕДЫДУЩЕГО ПУНКТА ДОБАВЛЯЮТСЯ:

УК РФ Статья 110.
Доведение до самоубийства.
Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего.

УК РФ Статья 110.1.
Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства.
Склонение к совершению самоубийства путем уговоров, предложений, подкупа, обмана или иным способом при отсутствии признаков доведения до самоубийства.

УК РФ Статья 282.
Возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства.
Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично или с использованием средств массовой информации либо информационно-телекоммуникационных сетей, в том числе сети «Интернет».

УК РФ Статья 128.1.
Клевета.
Клевета, то есть распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию.

КоАП РФ Статья 20.1.
Мелкое хулиганство.
Мелкое хулиганство, то есть нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, сопровождающееся нецензурной бранью в общественных местах, оскорбительным приставанием к гражданам, а равно уничтожением или повреждением чужого имущества.

УК РФ Статья 116.
Побои.
Побои или иные насильственные действия, причинившие физическую боль, но не повлекшие последствий, указанных в статье 115 настоящего Кодекса, совершенные из хулиганских побуждений, а равно по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы.

УК РФ Статья 117.
Истязание.
Причинение физических или психических страданий.

или директору школы. Родителям пора осознать всю степень ответственности, что кроется в «шутках и шалостях» их детей.

Приложение 2

Самые часто задаваемые вопросы в комментариях к посту о буллинге в школе моего сына

Два самых частых вопроса в комментариях:

1. Как сын и его друг чувствуют себя сейчас и как они отреагировали на мое решение вмешаться?

С мальчишками мы все обсудили. Сперва им было очень страшно. Тем более что агрессия «крутых» даже усилилась после нашей встречи с их родителями. «Крутые» обсуждали, как бы встретить парней после школы, показывали Мише записки «1000

рублей, или твоя собака умрет». Но школу мы решили не пропускать. Я звонила на каждой перемене, муж забирал Петю из школы. А еще я пообещала нанять им телохранителя, если угрозы хоть немного станут похожи на реальность. Но чем большую активность развивала школа (встречи, разговоры), тем больше класс понимал, что это все всерьез. И успокоился. Я дала Пете прочитать этот вопрос и спросила, что написать. Он сказал, что все ОК. Общаются они с одноклассниками из описанной истории спокойно, и максимум – таи эта сторона уточняют друг у друга задания. А представители школы регулярно уточняют у него, как дела в классе.

2. А если бы не было факта про вейп, что бы я тогда делала?

Я бы подавала в суд по фактам создания фотожаб («О защите чести и достоинства»). Начала бы ходить к директору и в инспекцию по делам несовершеннолетних. Кстати! Наша молодая и красивая инспектор так и рекомендовала делать – не дожидаясь «увесистых» фактов, обращаться к ним. Писала бы в Департамент образования.

3. А с чем бы вы пошли в суд? Моя первая мысль: это же неподсудные дети, а у нас и взрослых-то не очень наказывают.

С 14 лет есть уже определенная ответственность, а так – родители за них отвечают, с ними бы и судилась.

4. Как вы думаете, повторится данная ситуация еще раз?

Если повторится, то будем действовать тем же путем, только зайдем еще дальше.

5. Я думаю, вы сделали большую подставу для сына в будущем. Вместо того, чтобы научить решать проблемы и отдать на бокс. Вы пришли и все решили. Угадайте, какая стратегия поведения сформируется у него в будущем?

У ребенка сформируется стратегия правового решения конфликта, он будет знать, что проблема решается на другом уровне, когда на своем (со сверстниками) договориться не

получается. Еще ребенок вырастет и научится оценивать свои возможности и обращаться за помощью к специалистам, например к адвокатам. А способ решения любых конфликтов с помощью силы работает только до того момента, пока не встречается еще большая сила.

6. Скажите, а как сейчас к ребенку относится классный руководитель?

К Пете и Мише отношение не изменилось, ровно такое же, как и до начала разборок со школой, а вот мной крайне недовольна.

А на эти вопросы я отвечала в интервью изданию «Православие и мир»[18]:

7. **Как все начиналось, какими были первые признаки неблагополучия в отношениях одноклассников?**

В младшей школе во дворе у сына проблем не было, он учился на отлично, хорошо ладил со сверстниками и с учительницей. В среднюю школу решено было поступать в гимназию: там сложнее программа, каждый день английский язык… С середины пятого класса ребенок начал жаловаться, что его дразнят, обзывают, прячут вещи, толкают. Причем ребята, которые самовыражались так в отношении более слабых, называли все это шутками: «Ты не, шуток не понимаешь?» И сын тоже называл их шутниками. В родительском чате стали появляться жалобы других мам, над детьми которых эта группа шутников тоже «подшучивала». К сожалению, их родители заняли позицию, что те, кто оказался в роли жертвы, сами виноваты, сами спровоцировали. Мы детям советовали обратиться к классной руководительнице, но та начала нам писать, что дети «не любят стукачей», не любят, когда жалуются.

8. С высоты сегодняшнего опыта расскажите, какие ошибки вы допустили тогда?

Сейчас я понимаю, что если над тобой уже начали издеваться, то неважно, что ты делаешь, издевательства будут продолжаться. Даже если ты уберешь причину, то есть перестанешь жаловаться, купишь крутой телефон, ничего не изменится. А еще мы, как и многие родители в этих ситуациях,

стали давать неправильные стандартные советы: ***«А ты ему в ответ скажи что-нибудь, чтобы неповадно было».*** *Совет этот был бессмыслен и бесполезен. Наш сын не был готов к агрессии: агрессивно, остро отвечать, унижать других. А еще, разговаривая, мы начали понимать: он боится, что его ударят, побьют. К концу пятого класса Петя подружился с одноклассником Мишей, которого также третировали, только по другим причинам. Если Петя был слишком скромный, тихий и этим «спровоцировал» такое отношение, ведь над ним можно издеваться, а он не ответит, то Миша, на взгляд «шутников», наоборот, слишком вызывающе себя вел. То есть причины могут быть совершенно разные. Точнее, причины здесь искать бессмысленно: агрессивно настроенным детям все равно, на кого выливать свою агрессию.*

9. Почему вы не стали действовать сразу, как только получили первые тревожные сигналы?

В самом начале я не участвовала в классных разборках: была беременна. Но мы пытались понять, что же происходит. Муж посещал все родительские собрания и как сопровождающий взрослый ходил на многие внешкольные мероприятия именно для того, чтобы посмотреть, что это за мальчишки, почему они себя так ведут. И каждый раз приходил и говорил, что это нормальные дети, которые с ним нормально общаются. Оказалось, что только среди своих ровесников они начинают вести себя неадекватно. Потому что во многом, как мы сейчас понимаем, им позволяют это родители. Если бы родители, как только все стало разгораться, включились в конфликт, проанализировали ситуацию, поняли, что их ребенок делает что-то не то, и вмешались на начальной стадии, многих конфликтов не было бы. Здесь, повторяю, мы столкнулись с обвинениями в адрес нашего ребенка вплоть до оскорблений.

10. Как вы расспрашивали сына о происходящем, как выводили на разговор?

В нашей семье вообще норма ежедневные расспросы и рассказы по поводу того, как у кого прошел день. В семье трое детей, Петя старший и двое малышей-по-годков, две бабушки, и все семейные вопросы обсуждаем сообща. Что касается проблем со школой – я видела, что ему некомфортно, что он не хочет ходить в школу. Периодически стала слышать: ***«Вот бы не пойти, а то этот***

снова станет придираться, тот – обзываться». Так что самый первый признак, который должен насторожить, – ребенок не хочет идти в школу!

11. Вы отдали ребенка на занятия спортом, борьбой. А если бы он отказывался заниматься, если бы ему занятия в секции были не по душе?

Мы поняли, что Пете нужен спорт, причем – контактный, для того, чтобы он понимал, как это происходит, и перестал бояться, что его ударят. В секцию карате и другие он ходил еще раньше, но совсем не пошло, ему не понравилось: он тушевался, терялся и не мог себя проявить. Так что теперь мы пригласили индивидуального тренера, который начал приходить к нам домой. Поскольку сын, как и многие мальчишки, увлекался «Звездными войнами», мы наняли тренера по фехтованию и мечевому бою. С ним нам очень повезло – он смог оказаться на одной волне с сыном, обсуждают игры, кто какое кино смотрел. Тренер стал старшим наставником, который понимает сына. С самого начала мы поставили тренеру задачу: ***«Сын боится драться, боится, что его побьют, не знает, как давать сдачи. Ему нужна общая физподготовка». Тренер со своей задачей прекрасно справился, потому что сейчас Петя драться не боится. Сын стал чувствовать себя увереннее, хотя до драк у нас не доходит. И одноклассники почувствовали в нем эту уверенность.***

12. Когда вы поняли, что надо действовать, что ситуация совсем вышла из-под контроля?

У сына появились симптомы психосоматики. Ребенок два дня походит в школу – у него температура 38. Говорю: «Хорошо, мы в школу не идем». После обеда никакой температуры нет. Потом он идет в школу, через два дня у него опять температура. *В очередной, пятый или шестой, раз я допустила ошибку и сказала сыну идти в школу, потому что невозможно же уже пропускать. А у него в школе температура поднялась выше 39, и ему вызывали скорую. Скорая поставила диагноз «ангина». Я забрала сына, мы пошли к врачу, тот посмотрел горло и сказал: «Ничего понять не могу, горло, конечно, красное, но точно не настолько, чтобы это была ангина. Конечно, посидите на больничном». На следующий день у сына ни температуры, ни красноты горла. Тут уже точно стало ясно, что*

проблема в происходящем в школе, и мы начали активно включаться.

Как-то Петя подошел и спросил: «Мама, а что такое вейп? Это не вредно?» Я в который раз подумала: как хорошо, что у нас с сыном доверительные отношения! Оказалось, что в классе, чтобы быть крутым, нужно курить вейп, и один мальчик из группы «шутников» сказал Мише, что тот может сдать ему деньги, и он купит ему вейп. Миша хотел вернуть некоторые позиции в классе и деньги принес. Мальчик деньги просто забрал…

Мама того мальчика во всем стала обвинять Мишу. Классный руководитель категорически не хотела вмешиваться. Вообще мамы «шутников» вели себя неадекватно – кричали, истерши, оскорбляли. И я поняла, что нам, мамам детей, которых травят, нужно объединяться, собирать доказательства…

Мы собрали все скриншоты – разговоры о покупке вейпа, про то, в каких группах состоит мальчик, предложивший Мише купить его, «фотожабу», которую как раз в это время сделали на моего сына. Я, как самая пишущая, села писать письмо, и его подписали три мамы.

13. Учительница предложила встретиться с родителями обидчиков?

Да, потом была бессмысленная и пугающая встреча с родителями «шутников», где был мой муж, на которой эти мамы кричали: «Вы ничего не докажете». Копии письма были отправлены директору школы, в управляющий совет школы и в комиссию по делам несовершеннолетних. Буквально сразу же меня пригласили на встречу к директору. И задали вопрос: «Почему вы не пришли раньше?» Мы ошиблись, считая, что если учительница реагирует недолжным образом, то вся система такая. В нашем случае оказалось, что это совершенно не так. Для меня был большой сюрприз, что школа тут же подключилась и начала активно действовать. Они пригласили в класс инспектора по делам несовершеннолетних. Инспектор призналась, что была удивлена, что дети упорно говорили: «Да он сам – идиот. Он шуток не понимает. Да ничего не было, он врет». Потом были перекрестные встречи с родителями ребенка, который торговал вейпами, и не было уже возгласов «Вы ничего не докажете», ведь доказательства были. Когда появилась реальная угроза наказания, когда начались встречи с инспектором, вызовы к директору, родители очень сильно изменились, они начали понимать, что все по-настоящему. ***Поскольку родители изменили свое поведение, дети перестали***

себя так нагло вести.

14. А если бы у вас не было скриншотов, как бы вы собирали доказательства?

Фиксировать надо все. Плевки в портфель, банки с мочой, которые подкидывали Мише, записки оскорбительного характера. Нужно фотографировать, вести аудио- и видеозапись.

Часто те, кто громче всех, начинают возражать: «Вы не имеете права меня снимать!» Но юристы говорят, что мы имеем такое право. Во-первых, школа – это общественное место. А во-вторых, съемкой я пресекаю правонарушение. То есть можно объяснять: «Вы сейчас оскорбляете меня, я вас снимаю, пресекаю правонарушение. Будете вырывать у меня телефон и портить мое имущество – это будет уже другая статья, другие разговоры».

Повторяю, фиксировать следует все. Если вы ходите к психологу и психиатру, у вас есть заключение, что ваш ребенок в стрессе, все можно переадресовать родителям, ребенок которых занимается оскорблением и унижением вашего.

Я для себя сделала вывод, столкнувшись с неадекватным поведением родителей, что в современном мире юрист нужен обязательно, как и собственная правовая грамотность. Другие мамы, чьих детей тоже травили, сначала были уверены, что тоже ничего не добьются.

15. Перейти в другую школу не хотели?

Нет, мы хотели разобраться, научиться с этим справляться. Ведь не факт, что в другой школе было бы лучше. А из этой школы Петя не хотел уходить потому, что там был Миша – его лучший друг. ***Нам было важно пройти весь этот путь, потому что мы не хотели уходить из школы с чувством того, что мы – жертвы.*** *Мы решили, что сейчас включимся, конфликт этот разгребем, всем сестрам по серьгам раздадим, а потом, если решим, то уйдем. Мы были готовы к тому, что ничего не получится, но все равно хотели попытаться.*

16. Что говорили сыну, когда все это происходило, как поддерживали?

Говорили о том, что люди разные, что не все, к сожалению,

реагируют адекватно и не нужно обращать внимания. Ты ходишь в школу, у тебя там Миша, а на остальных можно вообще не обращать внимания, потому что там 30 человек, которых насильно собрали в этом классе, и, кроме географической точки, вы вообще ничем не объединены. А в жизни все равно придется встречаться с такими людьми. Мы, родители, тебя любим и готовы поддержать. Мы поддерживали все увлечения, которые есть у него вне школы. Сейчас сын активно занимается киберспортом. Мы пересмотрели свой подход к этой теме, ведь обычная реакция родителей: «Компьютерные игры – это ужас», изучили вопрос, ездили с Петей на соревнования таких спортсменов. Чем компьютерные игры отличаются от киберигр? Киберспорт – это когда вы играете с человеком посредством компьютера. Вот сейчас Петя меня спрашивает: «Будешь играть со мной в Стратегию?» Еще я вожу Петю в библиотеку Достоевского на курсы видеоблогинга, потому что он хочет вести видеоблог. Мой муж – автогонщик, вице-чемпион России по ралли. Соответственно мы ездим с ним на соревнования. Ия Петю специально отпускаю в мужскую тусовку, где автомобили, гонки, скорость, какие-то свои разговоры. Теперь сын знает, как бороться с буллингом.

17. Какие книги, статьи вы читали про буллинг?

Я читала много психологических статей, в том числе и уважаемых замечательных психологов, но ответов на свои вопросы не нашла. Там говорится, что нужно присмотреться к тем детям, создать ситуацию, в которой ваш ребенок будет лидером, играть в активные общие игры с обидчиками. Но для нас все это оказалось неработающим вариантом – какие бы я активные игры ни проводила, как бы я ни присматривалась к детям, они не будут меня слушать, ведь их родители поощряют это. При собственном ребенке и при Пете, кстати, родитель кричит: «Вы не докажете, вы лжете». Другая мама хватала вещи у меня со стола, оскорбляла. Так что не благодаря статьям и книгам, а опытным путем я поняла, что нужно переводить все в юридическую плоскость.

18. Сейчас в школе как развивается ситуация?

Обострение было в декабре – и вот декабрь, январь, февраль, и до сих пор пока все спокойно. Вооруженный до зубов нейтралитет.

Я у Пети спрашиваю: «Как ты будешь реагировать, если опять это все начнется?» Он отвечает: «Теперь-то я знаю, как с этим бороться». *Школа также активно мониторит ситуацию. У них каждый четверг классные часы, когда с ними работает психолог. То есть пока тихо. Если что-то будет случаться, мы, естественно, начнем опять активно включаться.*

Примечания

1

https://rae.ru/forum2012/pdf/05 59.pdf

Вернуться

2

https://pikabu.ru/story/odna_istoriya_zhizni_2_5788695.

Публикуется в авторской редакции.

Вернуться

3

https://pikabu.ru/story/odna_istoriya_zhizni_2_5788695.

Публикуется в авторской редакции.

Вернуться

4

https://pikabu.ru/story/
bullingtravlya_s_drugoy_storonyi_5941994.

Публикуется в авторской редакции.

Вернуться

5

https://www.facebook.com/safety/bullying

Вернуться

6

Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 2006. С. 143.

Вернуться

7

АУЕ – «арестантский уклад един» или «арестантское уркаганское единство» – название и девиз молодежного криминального сообщества, которое возводит в культ тюремные понятия, воровской кодекс.

Вернуться

8

http://souchastye.ru/ta-zhe-travlya-kak-bulling-voshel-v-rossij
skie- shkoly/

Вернуться

9

Modecki K. L., Minchin /., Harbaugh A. G., Guerra N. G., Runions K. C. Bullying prevalence across contexts: A meta-analysis measuring cyber and traditional bullying// Journal of Adolescent Health. 2014. Vol. 55. Issue 5. Pp. 602–611.

Вернуться

10

https://www.whatsonweibo.com/bullying-case-10-year-old-boy-sparks-discussions-chinas-school-bullying-problem/

Вернуться

11

https://www.npr.org/sections/ed/2015/10/30/452910812/what-if-every-high-school-had-a-justice-program-instead-of-a-cop

Вернуться

12

Wong D. S. W., Lok D. P. P., Wing Lo T., Ma S. K. School Bullying Among Hong Kong Chinese Primary Schoolchildren// Youth & Society. 2008. Vol. 40, Issue 1. Pp. 35–54.

Вернуться

13

http://www.kivaprogram.net/

Вернуться

14

https://docs.education.gov.au/system/files/doc/other/national_safe_schools_framework.pdf

Вернуться

15

https://bullyingnoway.gov.au/

Вернуться

16

http://blizej.org

Вернуться

17

Из Википедии.

Вернуться

18

https://www.pravmir.m/roditeli-shutnikov-krichali-vyi-niche-go-ne-dokazhete/

Вернуться